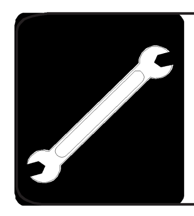
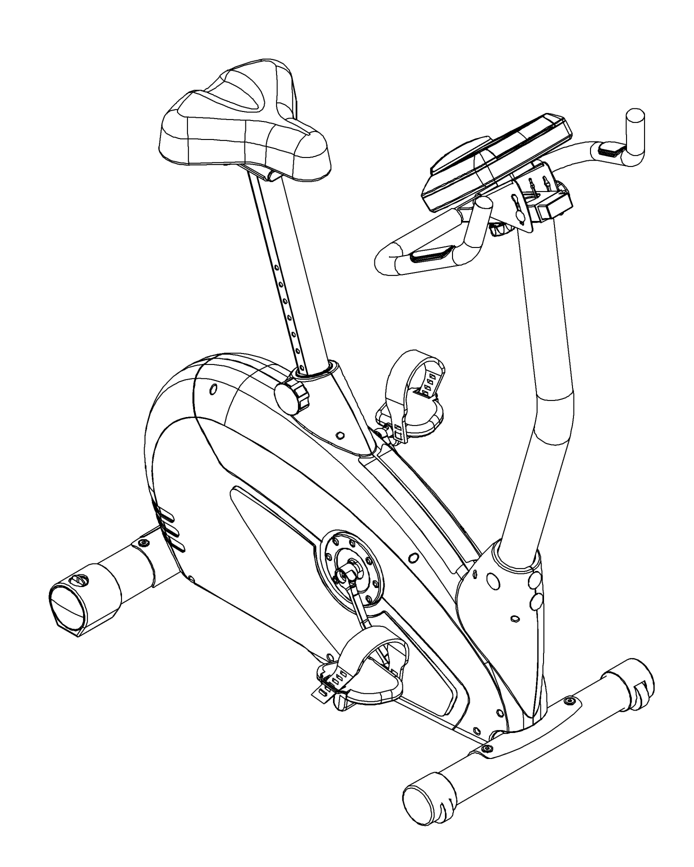


Schwinn® 140 Upright Exercise Bike



Assembly Manual
Instructions de montage



EN FRC

Ver página 2 Español Americano Latino

Nautilus® Bowflex® Schwinn® Fitness StairMaster® Universal®

003–3233–110609B

Español Americano Latino

Para obtener este manual en Español Latino Americano vaya a:
http://www.schwinnfitness.com.

Table of Contents

Patent Information This product may be covered by US and Foreign Patents and Patents Pending.

Important Safety Instructions



This icon means a potentially hazardous situation which, if not avoided, could result in death or serious injury.

Obey the following warnings:

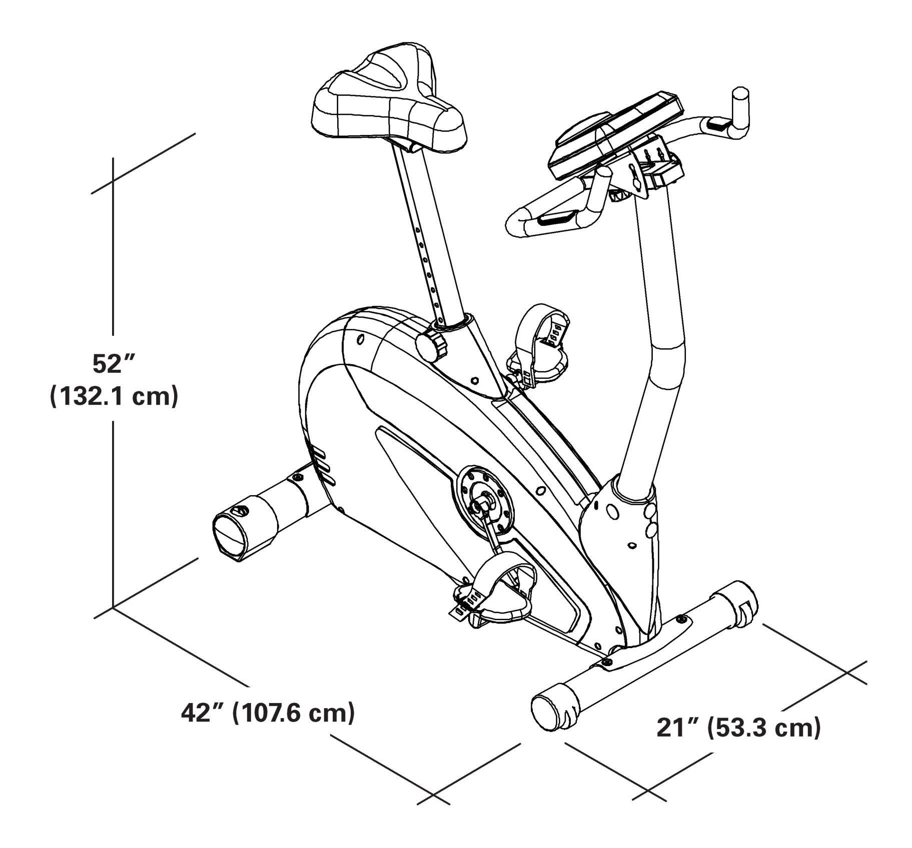


Read and understand all warnings on this machine.

Carefully read and understand the Assembly Manual.

- Keep bystanders and children away from the product you are assembling at all times.
- Do not connect power supply to the machine until instructed to do so.
- Do not assemble equipment in a wet or damp location.
- Make sure assembly is done in an appropriate work space away from foot traffic and exposure to bystanders.
- Some components of the machine can be heavy or awkward. Use a second person when doing the assembly steps involving these parts. Do not do steps that involve heavy lifting or awkward movements on your own.
- Do not try to change the design or functionality of this machine. This could compromise the safety and can void the warranty.
- If replacement parts are necessary use only genuine Schwinn® replacement parts and hardware supplied by Nautilus. Failure to use genuine replacement parts can cause a risk to users, keep the machine from operating correctly or void the warranty.
- Do not use or put the machine into service until the machine has been fully assembled and inspected for correct performance in accordance with the Owner's Manual.
- Read and understand the complete Owner's Manual supplied with this machine before first use. Keep the Owner's Manual for future reference.
- Do all assembly steps in the sequence given. Incorrect assembly can lead to injury.

Specifications



Before Assembly

Select the area where you are going to set up and operate your machine. For safe operation, the location must be on a hard, level surface. Allow a workout area of minimum 82″ x 61″ (2.1m x 1.5m).

Follow these basic points when you assemble your machine:

1. Read and understand the "Important Safety Instructions" before assembly.
2. Collect all the pieces necessary for each assembly step.
3. Using the recommended wrenches, turn the bolts and nuts to the right (clockwise) to tighten, and the left (counterclockwise) to loosen, unless instructed otherwise.
4. When attaching 2 pieces, lightly lift and look through the bolt holes to help insert the bolt through the holes.
5. The assembly requires 2 people.

Tools

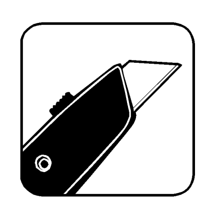
Included



6mm

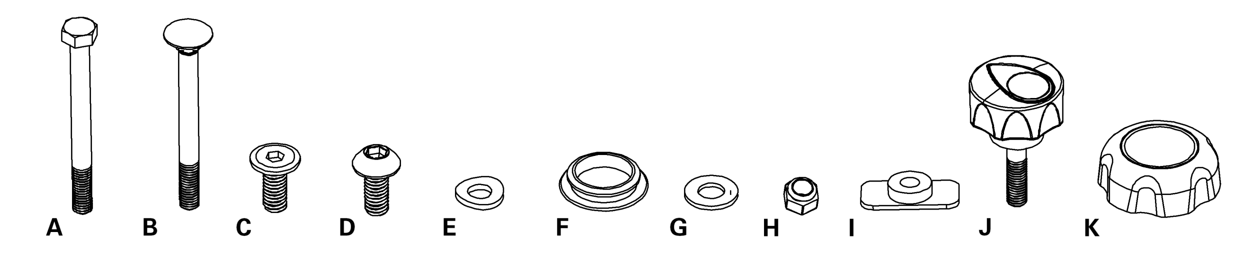


Not Included



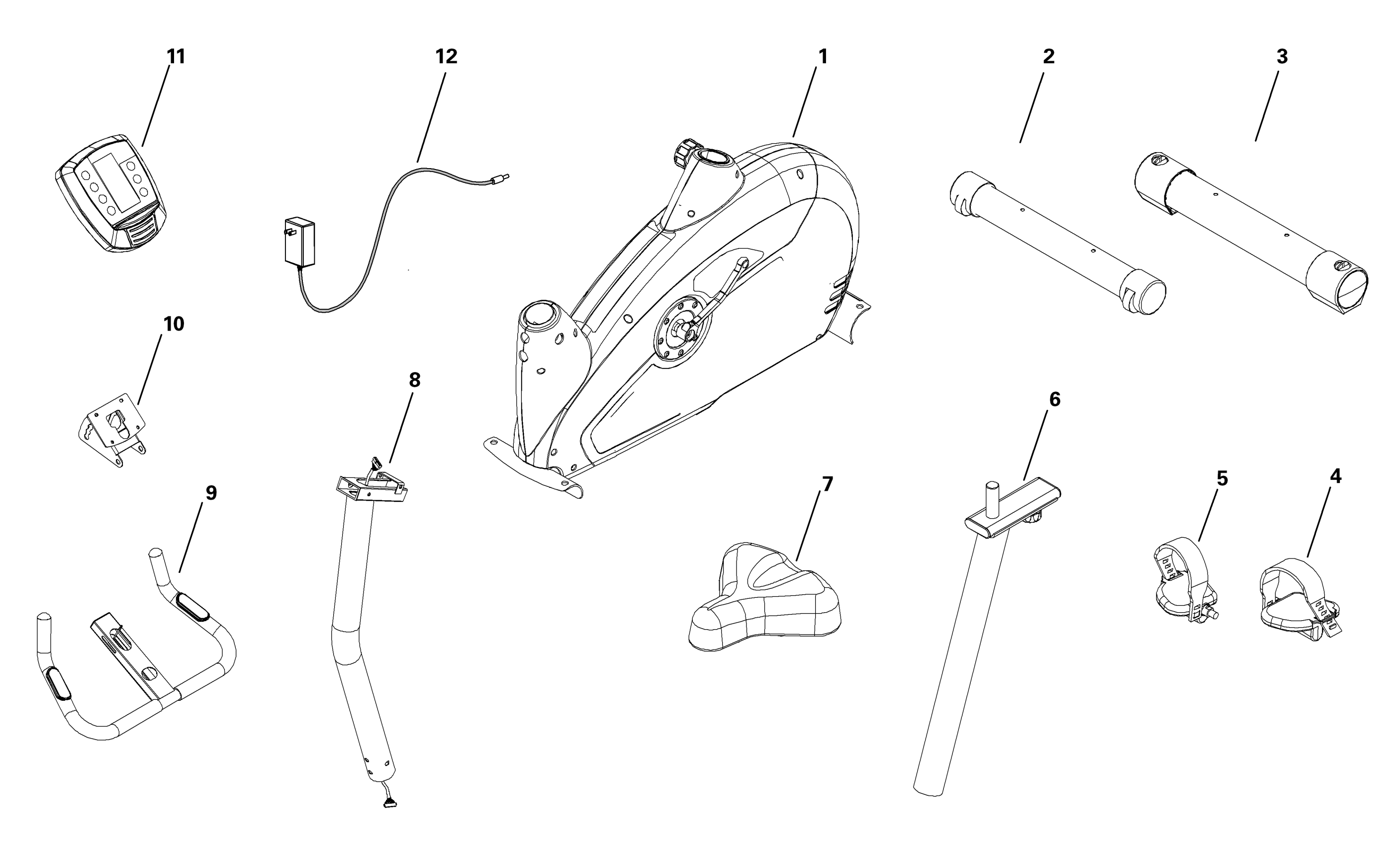


Hardware



Item	Qty	Description	Item	Qty	Description
A	1	Hex Head Bolt	G	3	Flat Washer
B	1	Button Head Hex Bolt	H	1	Nut
C	4	Flat Head Hex Screw	I	1	T-Nut
D	4	Button Head Hex Screw	J	1	Console slider adjustment knob
E	4	Arc Washer	K	1	Console tilt adjustment knob
F	4	Cover			

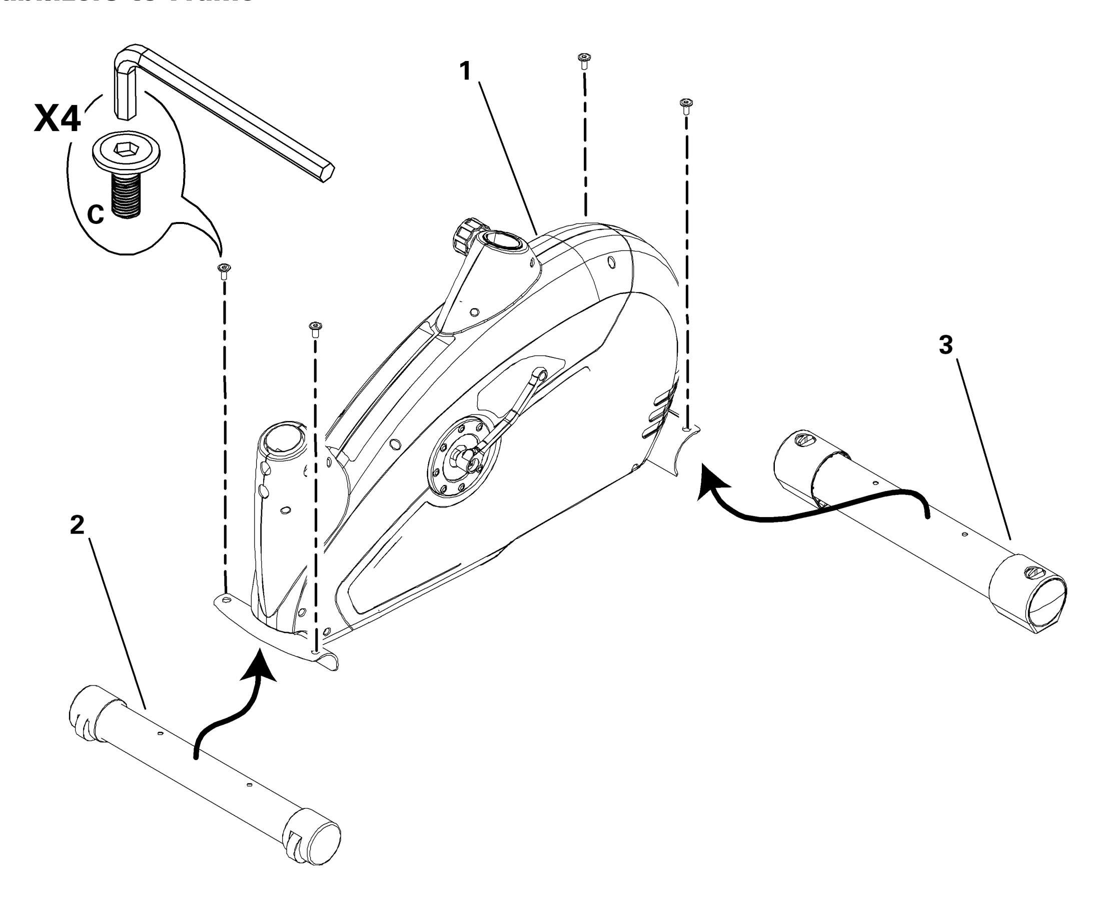
Parts



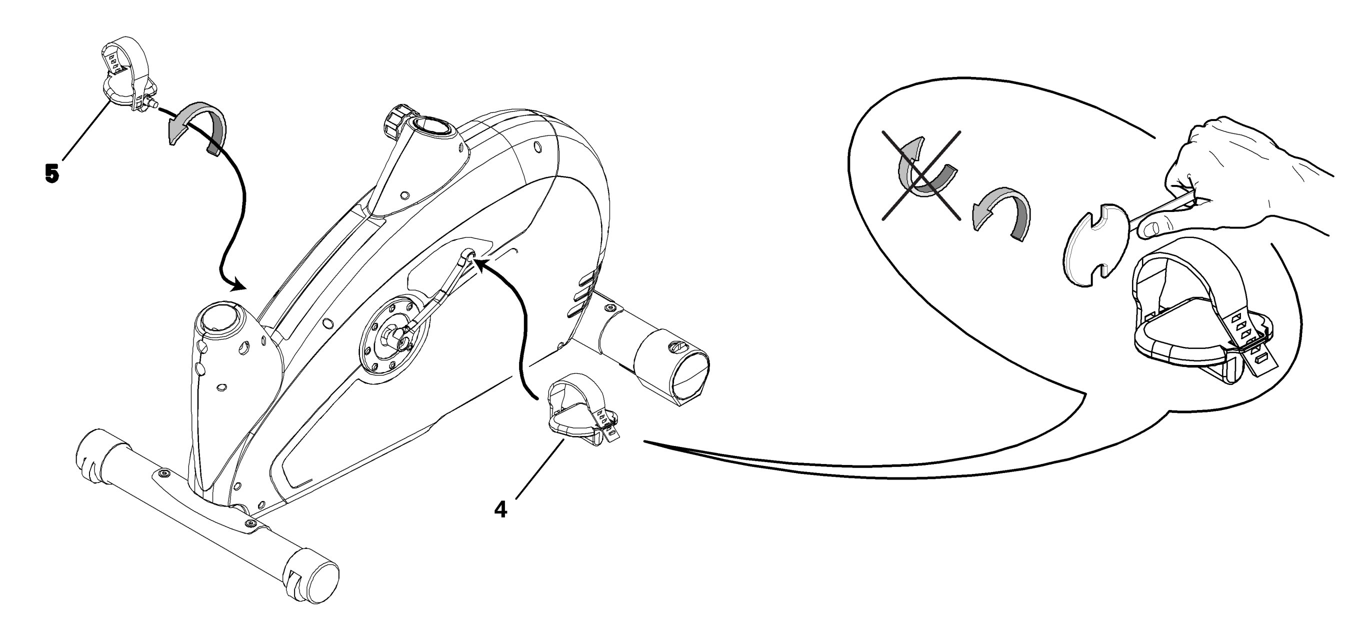
Item	Qty	Description	Item	Qty	Description
1	1	Main Frame	7	1	Seat
2	1	Front stabilizer	8	1	Console Mast
3	1	Rear Stabilizer	9	1	Handlebar
4	1	Left Pedal	10	1	Console Bracket
5	1	Right Pedal	11	1	Console
6	1	Seat Post	12	1	Power Cord

Assembly

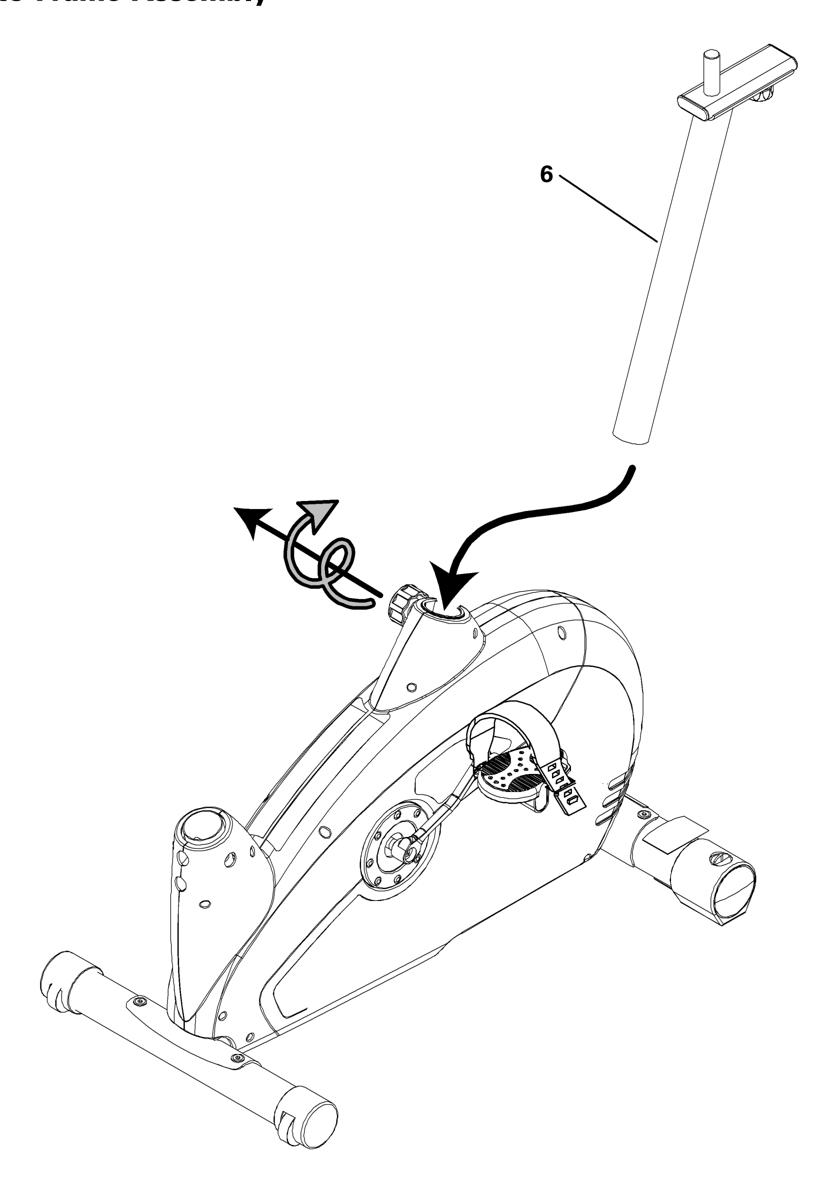
1. Attach Stabilizers to Frame



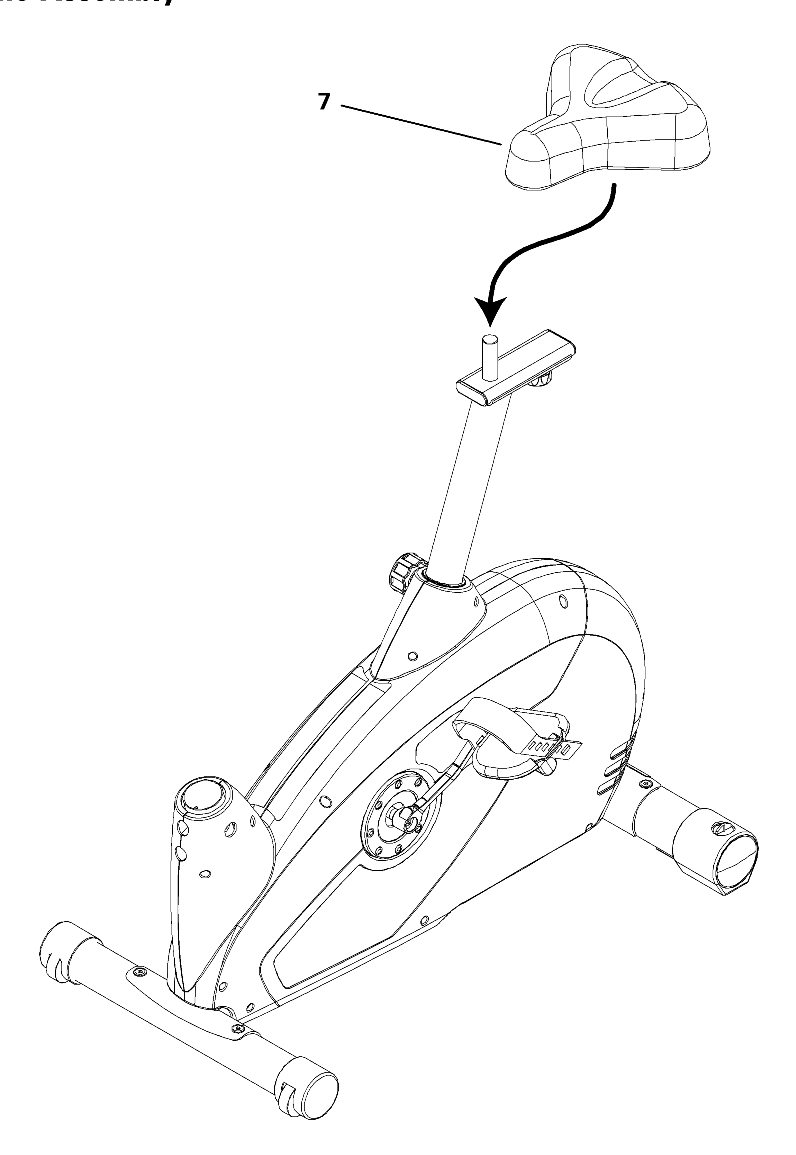
2. Attach Pedals to Frame Assembly



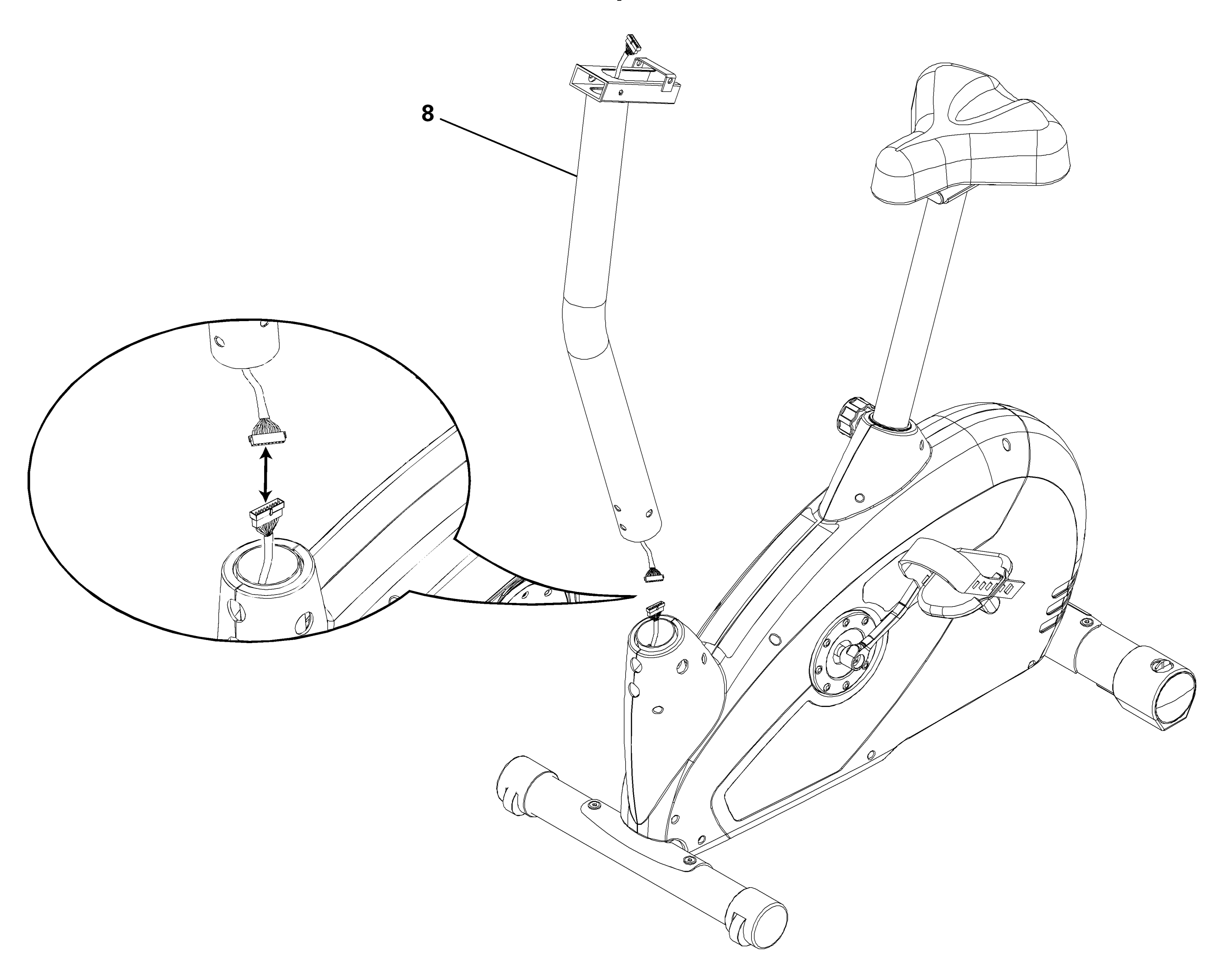
3. Attach Seat Post to Frame Assembly



4. Attach Seat to Frame Assembly

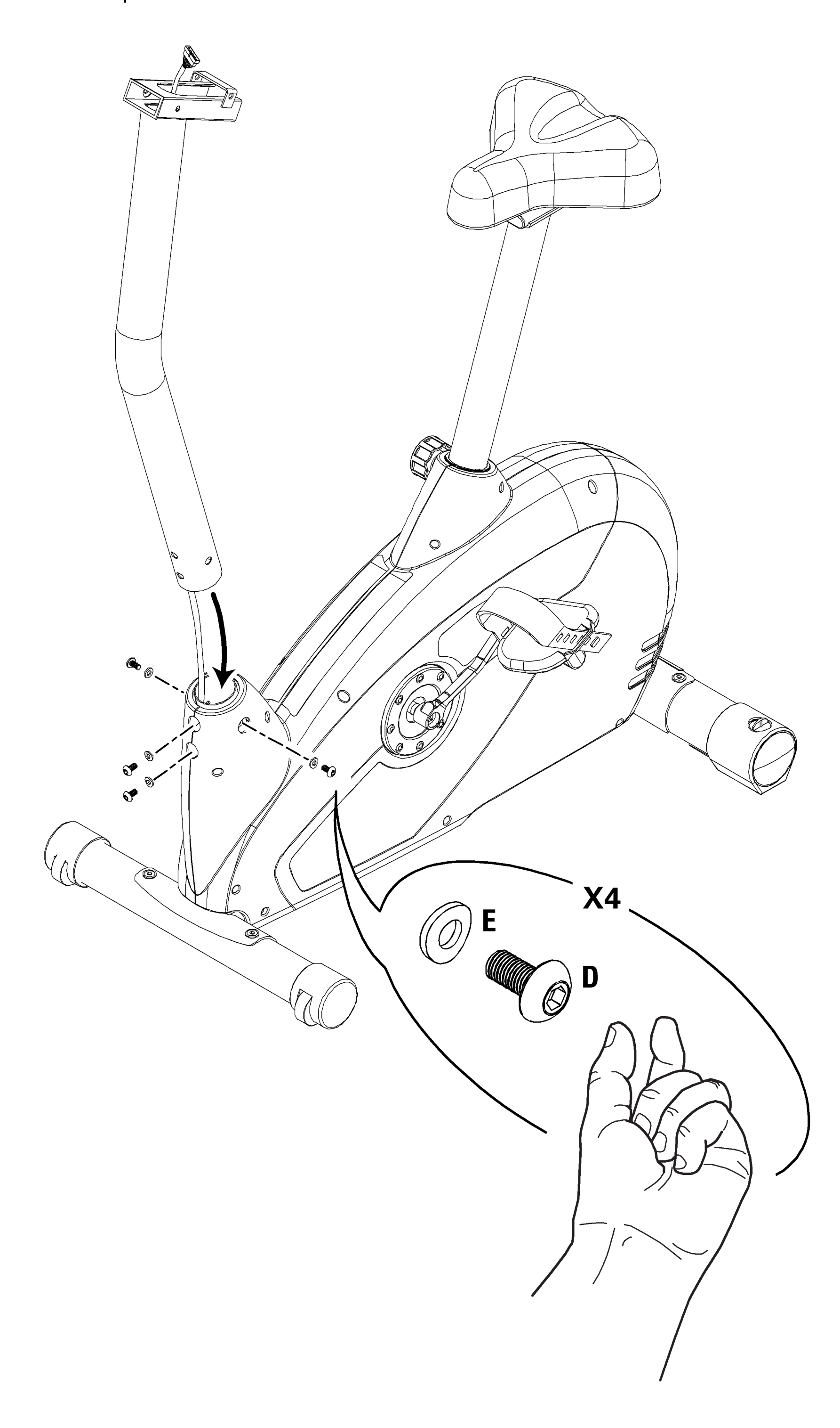


5. Connect Console Mast Cable to Frame Assembly Cable



6. Attach Console Mast to Frame Assembly

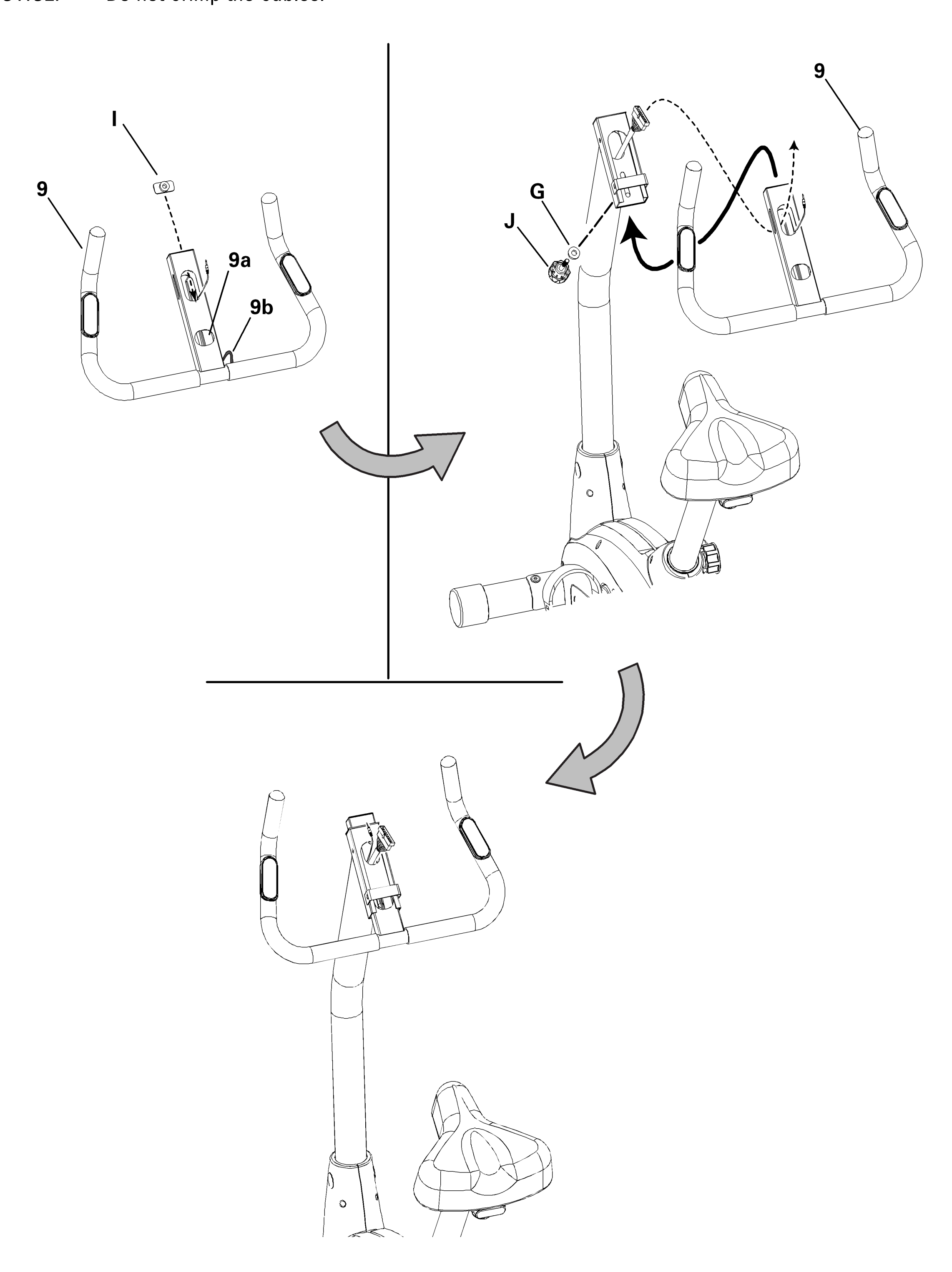
NOTICE: Do not crimp Console Cable.



7. Attach Handlebars to Frame Assembly

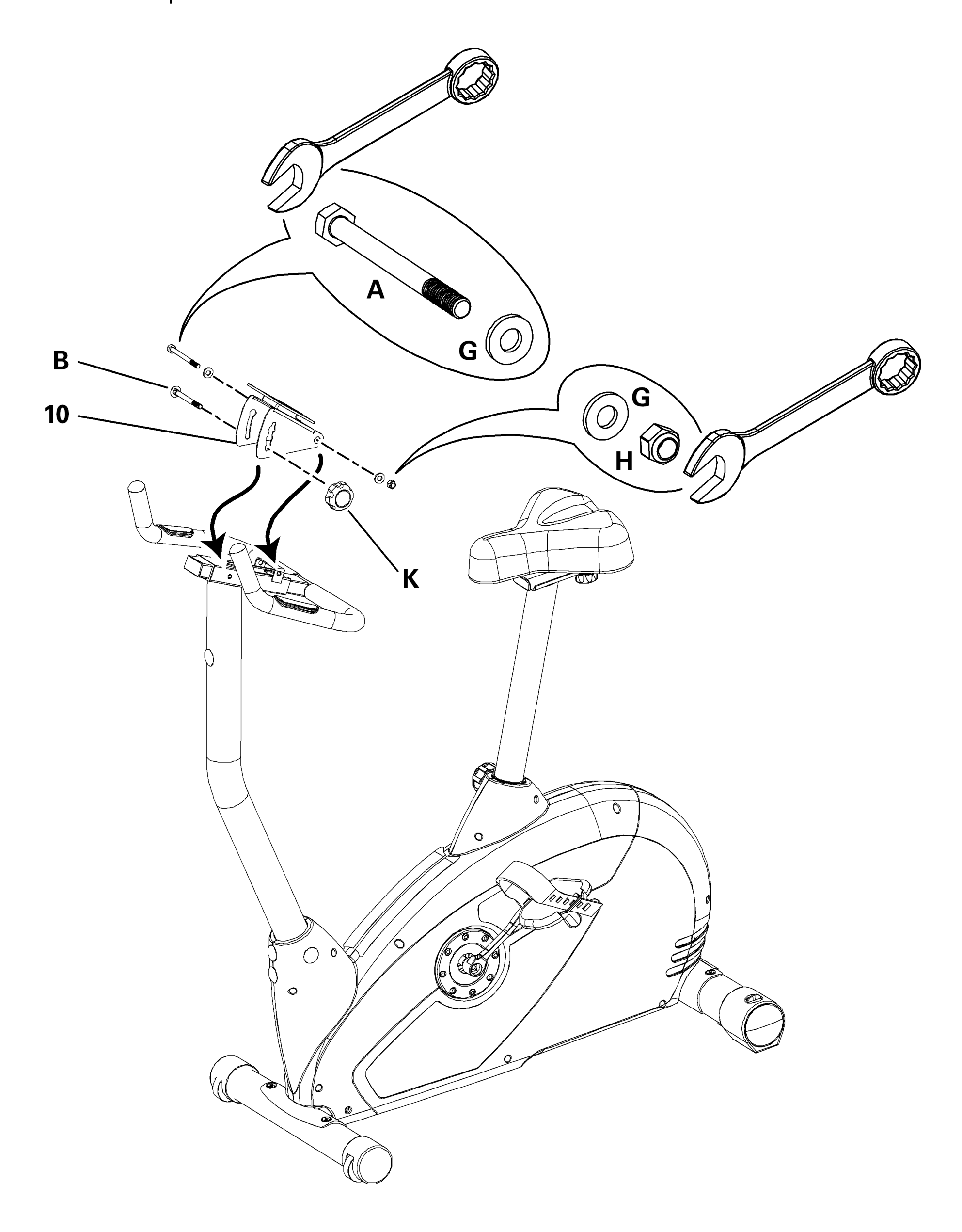
Note: Put the T-nut (I) into the Handlebar slider and align it with the second hole (9a) to install the Console Slider Adjustment Knob (J) and washer (G). Make sure that the lower Heart Rate cable (9b) is connected.

NOTICE: Do not crimp the cables.

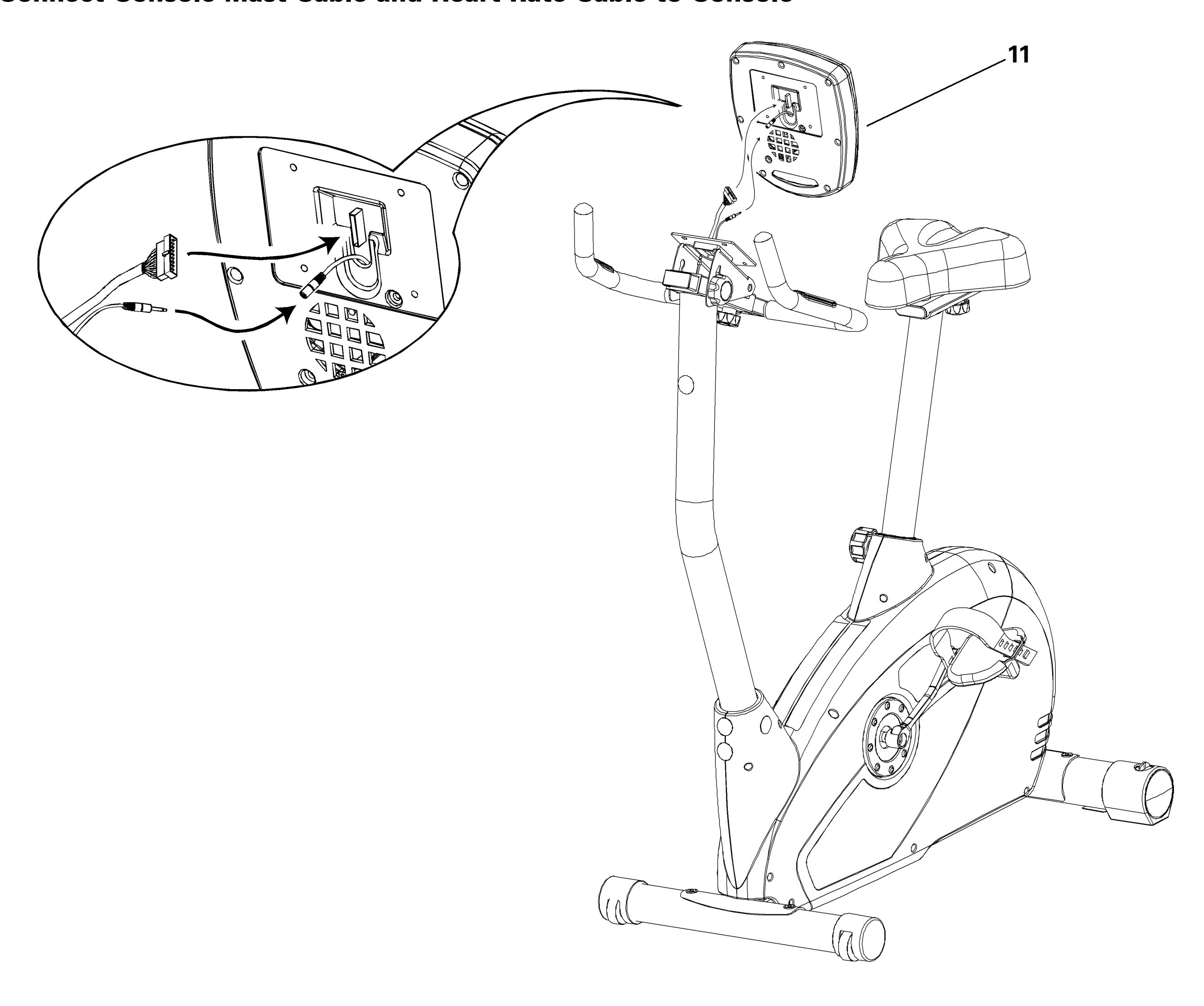


8. Attach Console Bracket to Frame Assembly

NOTICE: Do not crimp the cables.

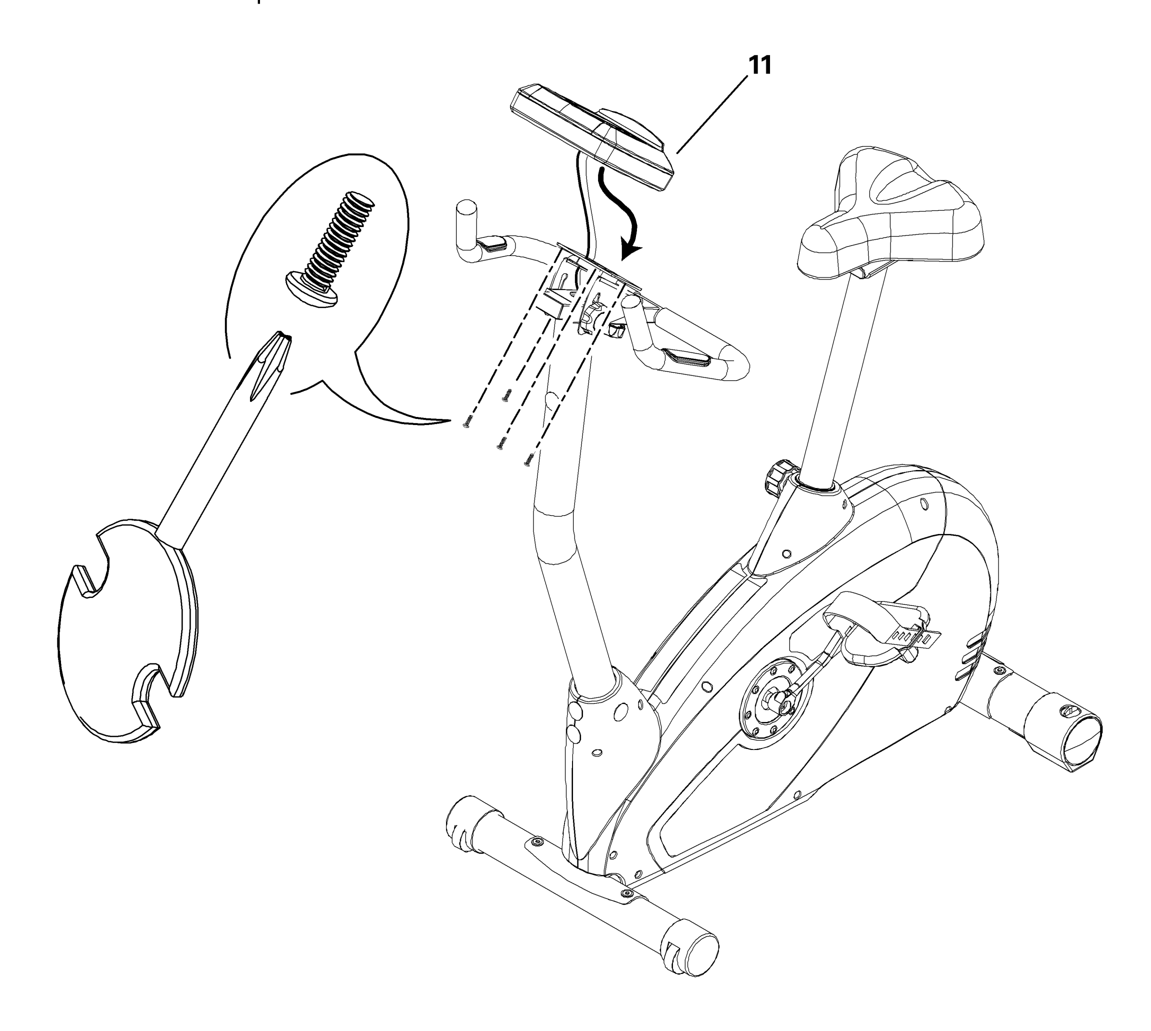


9. Connect Console Mast Cable and Heart Rate Cable to Console

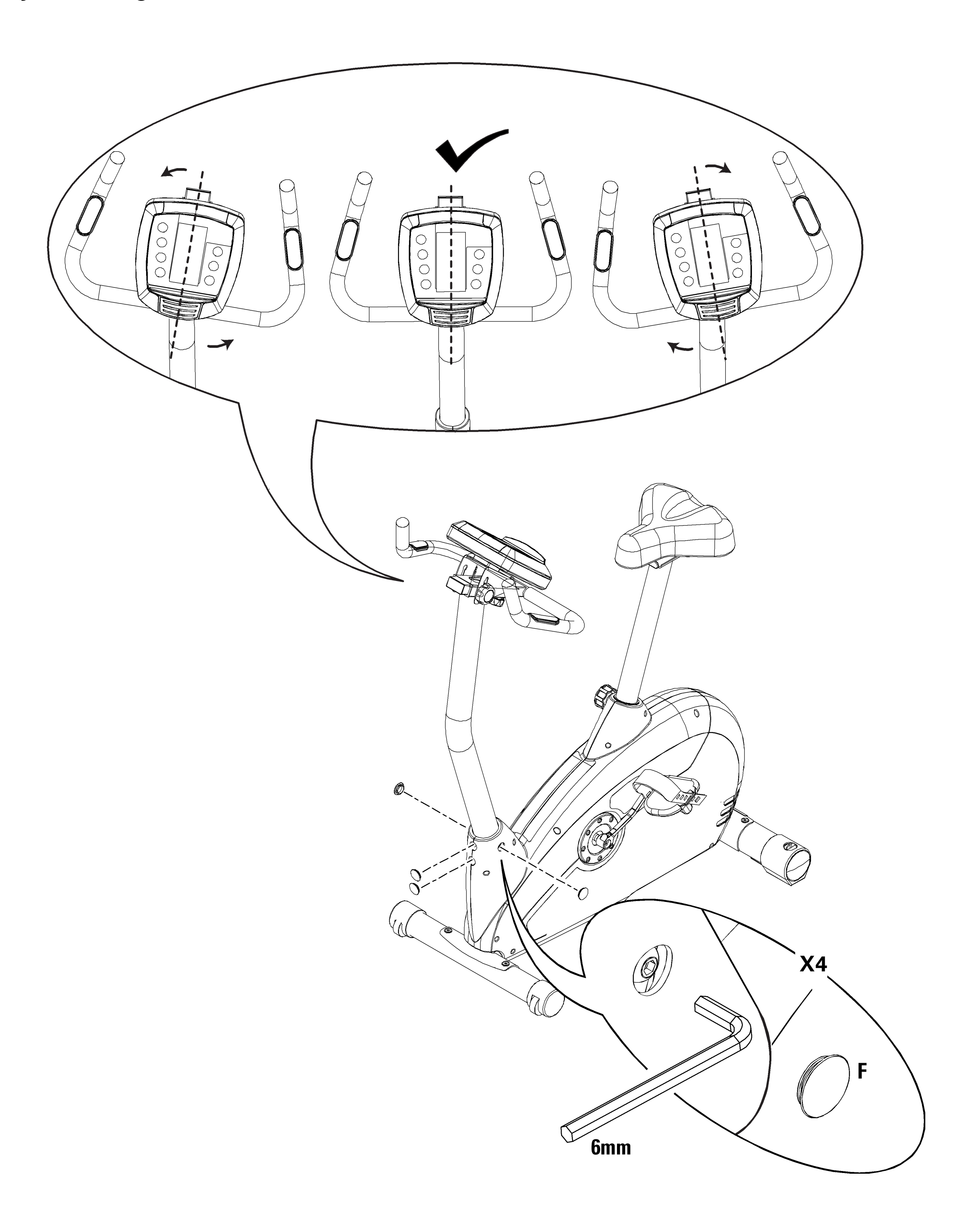


10. Connect Console to Frame Assembly

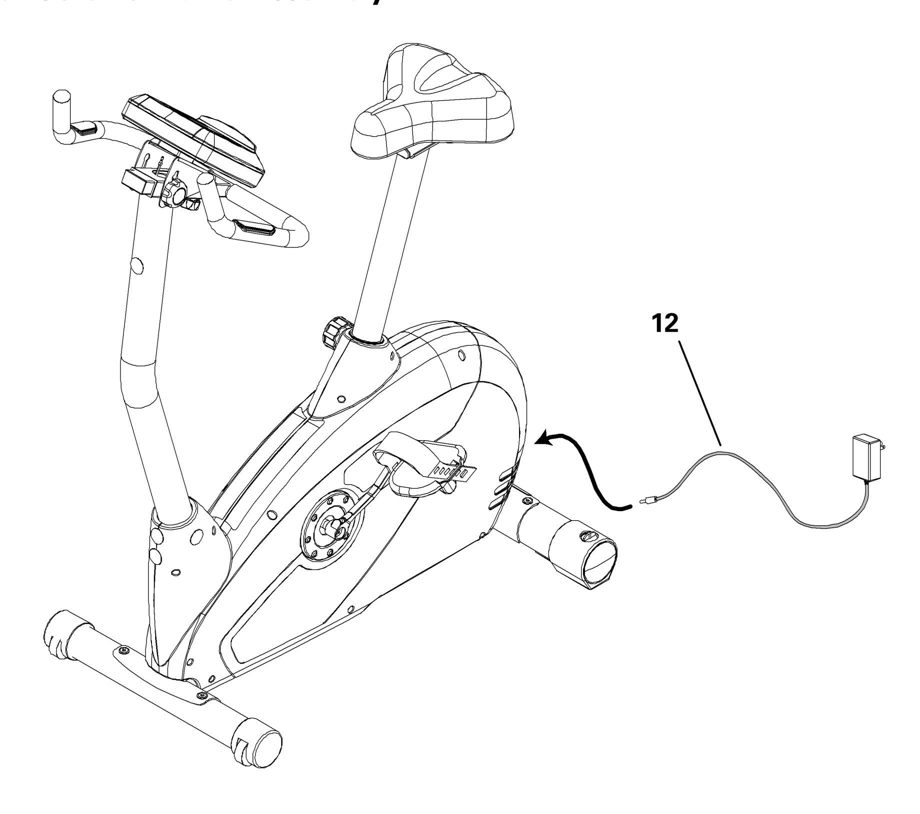
NOTICE: Do not crimp the cables.



11. Adjust and Tighten the Console Mast



12. Connect Power Cord to Frame Assembly



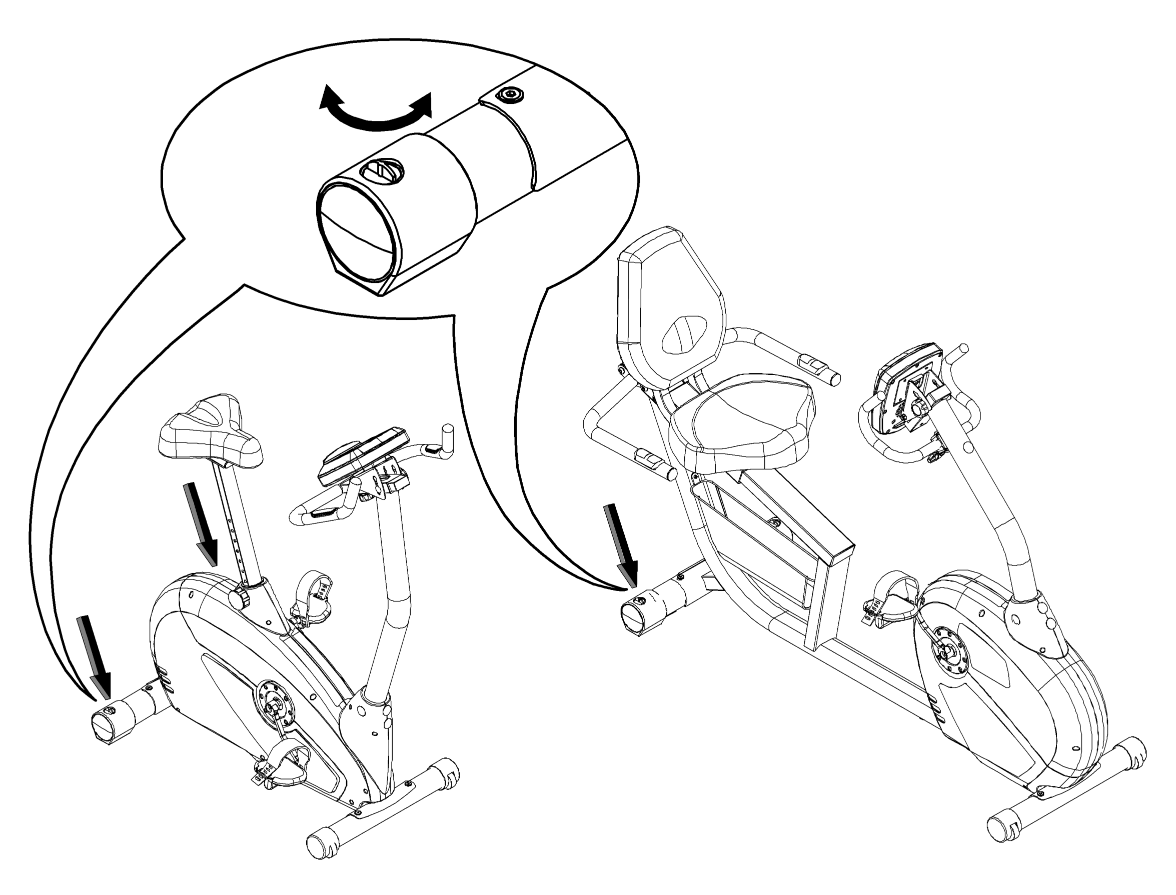
Final Inspection

Inspect your machine to ensure that all fasteners are tight and components are properly assembled.



Do not use or put the machine into service until the machine has been fully assembled and inspected for correct performance in accordance with the Owner's Manual.

Level Your Bike



Levelers are found on each side of the Rear Stabilizer. Turn the knob to adjust the stabilizer foot. Make sure the bike is level and stable before you exercise.

Contacts

NORTH AMERICA

CUSTOMER SERVICE
Tel: (800) 605–3369
E-mail: customerservice@schwinnfitness.com

CORPORATE HEADQUARTERS
Nautilus, Inc.
World Headquarters
16400 SE Nautilus Drive
Vancouver, WA, USA 98683
Tel: (800) NAUTILUS (628-8458)

ASIA PACIFIC & LATIN AMERICA

CUSTOMER SERVICE
Tel: (360) 859–5180
Fax: (360) 859–5197
E-mail: technics-APLA@nautilus.com

Serial Number
Date of Purchase

EUROPE, MIDDLE EAST & AFRICA

INTERNATIONAL CUSTOMER SERVICE
Nautilus International GmbH
Albin-Köbis-Str. 4
51147 Köln
Tel: + 49 02203 2020 0
Fax: + 49 02203 2020 45 45
E-mail: technics@nautilus.com

GERMANY and AUSTRIA
Nautilus International GmbH
Albin-Köbis-Str. 4
51147 Köln
Tel: + 49 02203 2020 0
Fax: + 49 02203 2020 45 45

SWITZERLAND
Nautilus Switzerland SA
Rue Jean Prouvé 6
CH-1762 Givisiez
Tel: + 41 26 460 77 66
Fax: + 41 26 460 77 60

UNITED KINGDOM
Nautilus UK Ltd
4 Vincent Avenue
Crownhill, Milton Keynes, Bucks, MK8 0AB
Tel: + 44 1908 267 345
Fax: + 44 1908 267 345

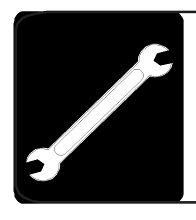


Printed in China

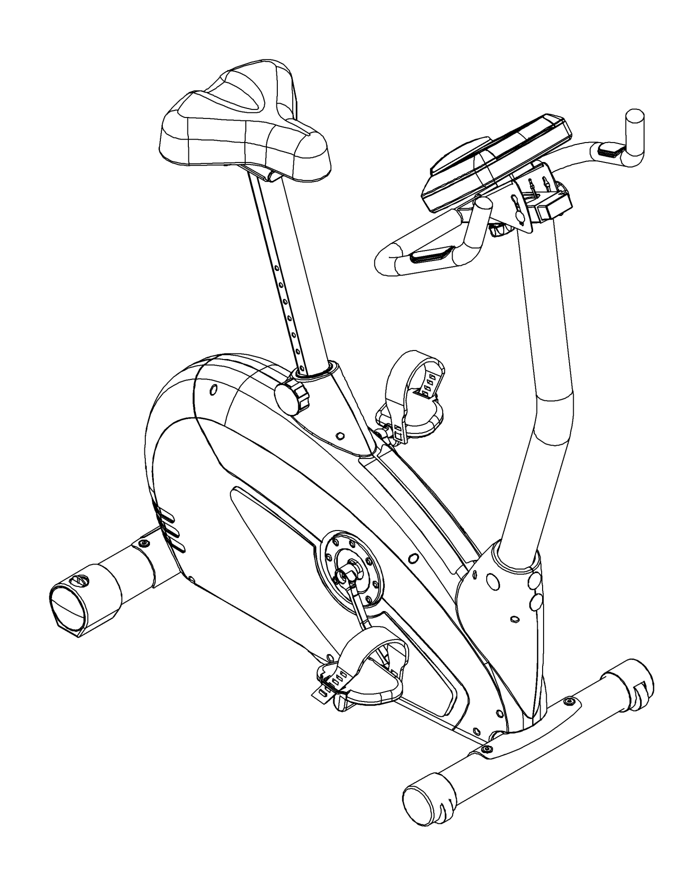


SCHWINN FITNESS

Schwinn® 140 Vélo d’exercice droit



Assembly Manual
Instructions de montage



EN FRC

Ver página 2 **Español Americano Latino**

Nautilus® Bowflex® Schwinn® Fitness StairMaster ® Universal®

Español Americano Latino

Para obtener este manual en Español Latino Americano vaya a: http://www.schwinnfitness.com.

Table des matières

Informations relatives aux brevets Ce produit peut être couvert par des brevets américains et étrangers et des brevets en instance.

Instructions de sécurité importantes



Cette icône indique une situation potentiellement dangereuse, laquelle, si elle n'est pas évitée, peut entraîner la mort ou des blessures graves.

Veuillez vous conformer aux avertissements suivants :

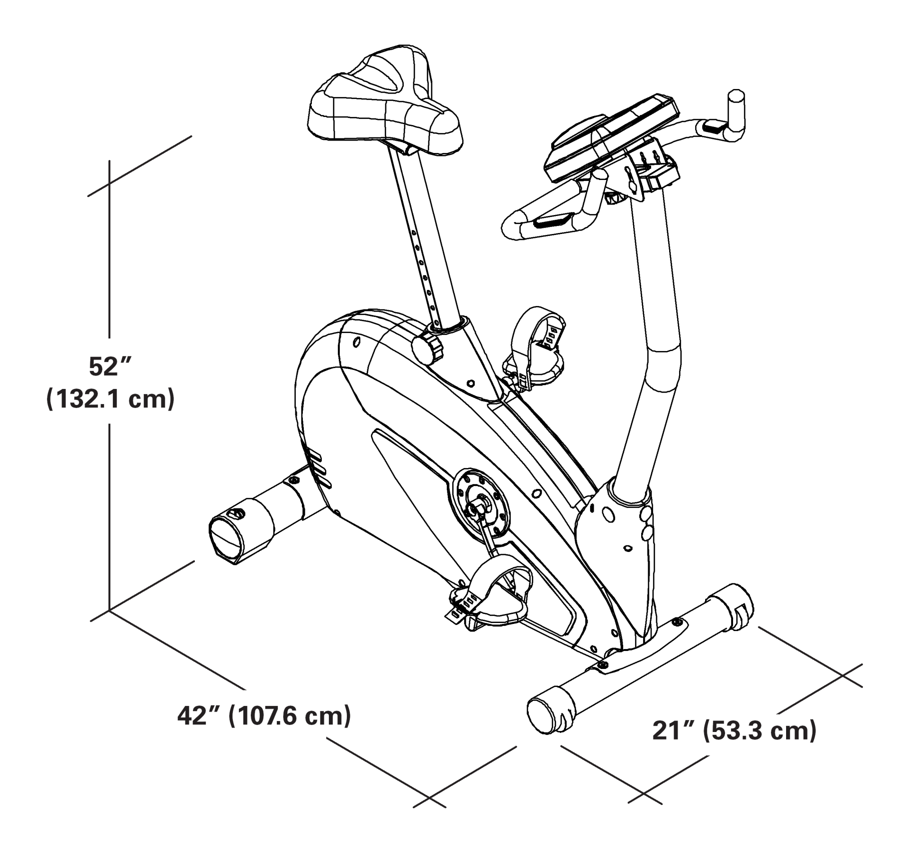


Lisez et assimilez tous les avertissements apposés sur cette machine.

Lisez attentivement et comprenez le Manuel de montage.

- Tenez toujours les passants et les enfants à l'écart du produit que vous montez.
- Ne connectez pas le module d'alimentation à la machine avant d'y être invité.
- Ne montez pas l'appareil sur une surface mouillée ou dans un lieu humide.
- Assurez-vous que le montage est effectué dans un espace de travail approprié, à l'écart de la circulation et de l'exposition aux passants.
- Certains composants de la machine peuvent être lourds ou encombrants. Faites appel à une deuxième personne pour procéder aux étapes de montage qui concernent ces pièces. Ne réalisez pas seul les étapes de montage nécessitant le levage d'objets lourds ou des mouvements difficiles.
- Ne tentez pas de changer la conception ou la fonctionnalité de cette machine. Cela pourrait compromettre la sécurité et rendre caduque la garantie.
- Si des pièces de rechange sont nécessaires, utilisez exclusivement des pièces de rechange et la quincaillerie de marque Schwinn® fournis par Nautlius. Le fait de ne pas utiliser de pièces de rechange authentiques pourrait provoquer un risque pour les utilisateurs, empêcher la machine de fonctionner correctement ou annuler la garantie.
- N'utilisez pas la machine et ne la mettez pas en marche tant qu'elle n'est pas complètement montée et inspectée pour vérifier que ses performances correspondent aux stipulations du Guide du propriétaire.
- Lisez et assimilez dans son intégralité le Guide du propriétaire fournit avec cette machine avant de l'utiliser pour la première fois. Conservez le Guide du propriétaire pour consultation future.
- Suivez toutes les étapes de montage dans l'ordre donné. Un montage inapproprié pourrait provoquer des blessures.

Spécifications



Avant le montage

Choisissez l'endroit où vous procéderez au montage de votre machine et où vous l'utiliserez. Pour une utilisation sans danger, l'emplacement doit se trouver sur une surface dure et à niveau. Ménagez un espace d'entraînement d'au moins 2,1 m x 1,5 m (82 po x 61 po).

Suivez les conseils de base suivants lors du montage de votre machine :

1. Lisez et comprenez les « Instructions de sécurité importantes » avant de procéder au montage.
2. Rassemblez toutes les pièces nécessaires pour chaque étape de montage.
3. À l'aides des clés recommandées, tournez les boulons et les écrous vers la droite (sens des aiguilles d'une montre) pour les serrer, et vers la gauche (sens inverse des aiguilles d'une montre) pour les desserrer, à moins d'indications contraires.
4. Lorsque vous attachez 2 pièces, soulevez doucement et regardez par les trous de boulons afin de vous aider à insérer le boulon dans le trou.
5. Le montage requiert 2 personnes.

Outils

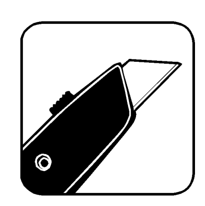
Inclus



6 mm

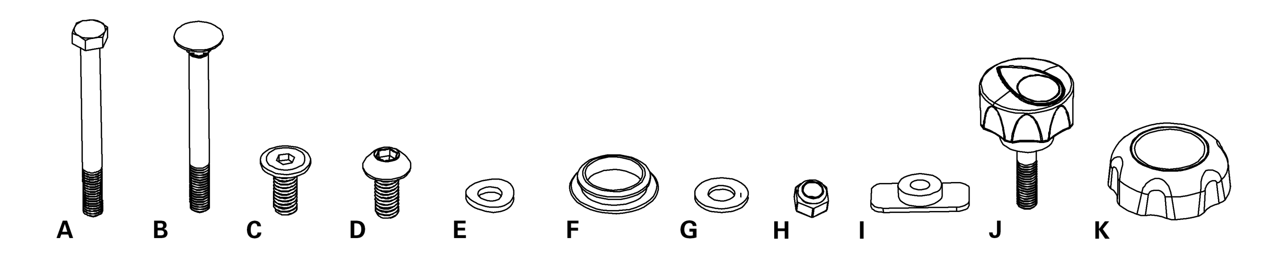


Non inclus



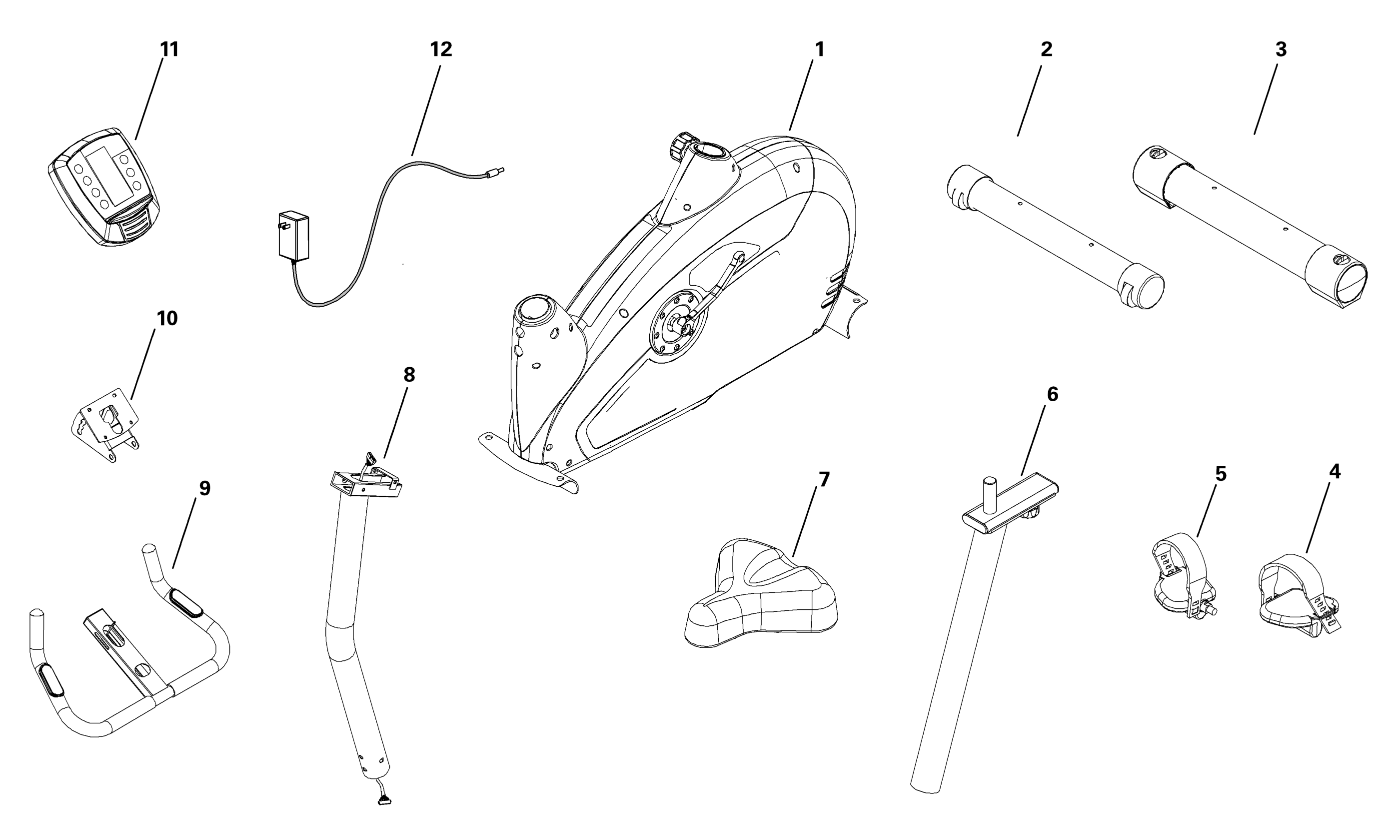


Quincaillerie



Pièce	Qté	Description	Pièce	Qté	Description
A	1	Boulon à tête hexagonale	G	3	Rondelle plate
B	1	Bouton de boulon à tête hexagonale	H	1	Écrou
C	4	Vis à tête plate hexagonale	I	1	Écrou à pointes à enfoncer
D	4	Vis à bouton à tête ronde	J	1	Bouton d'ajustement de la glissière de le console
E	4	Rondelle à arc	K	1	Bouton d'ajustement de l'inclinaison de le console
F	4	Revêtement			

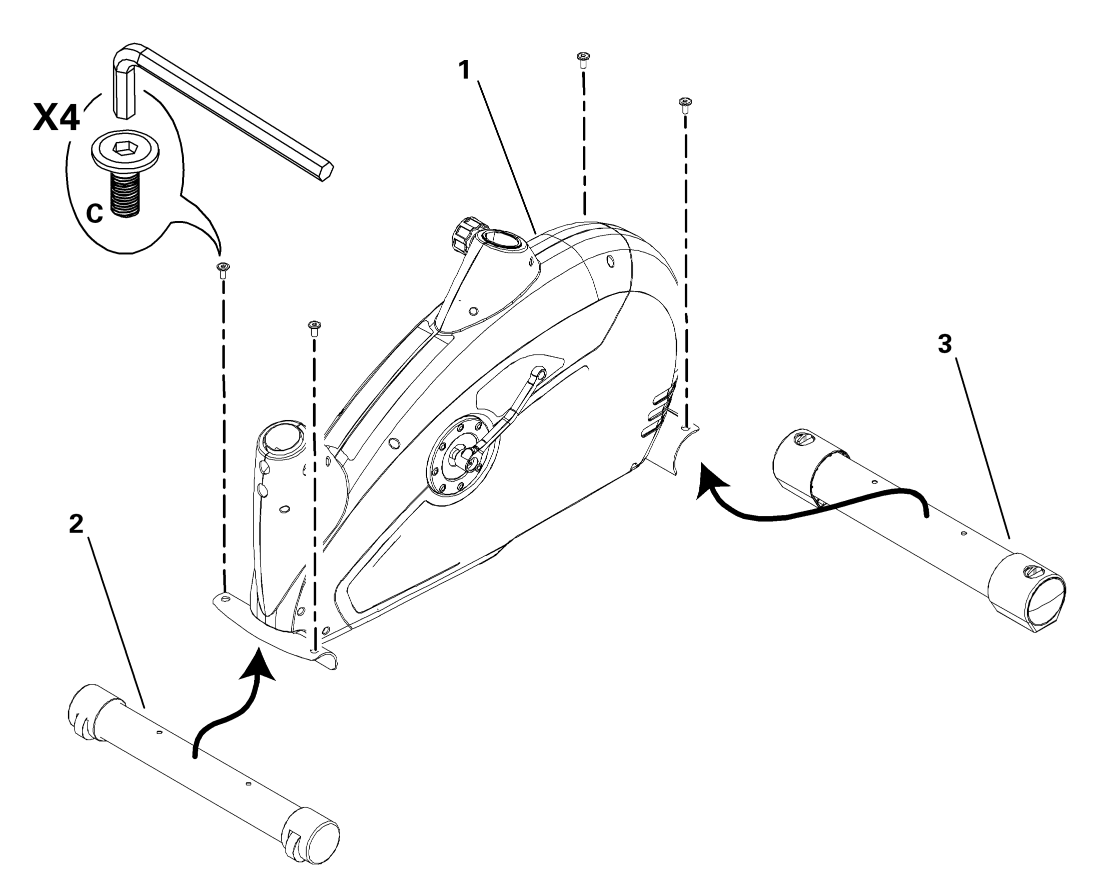
Pièces



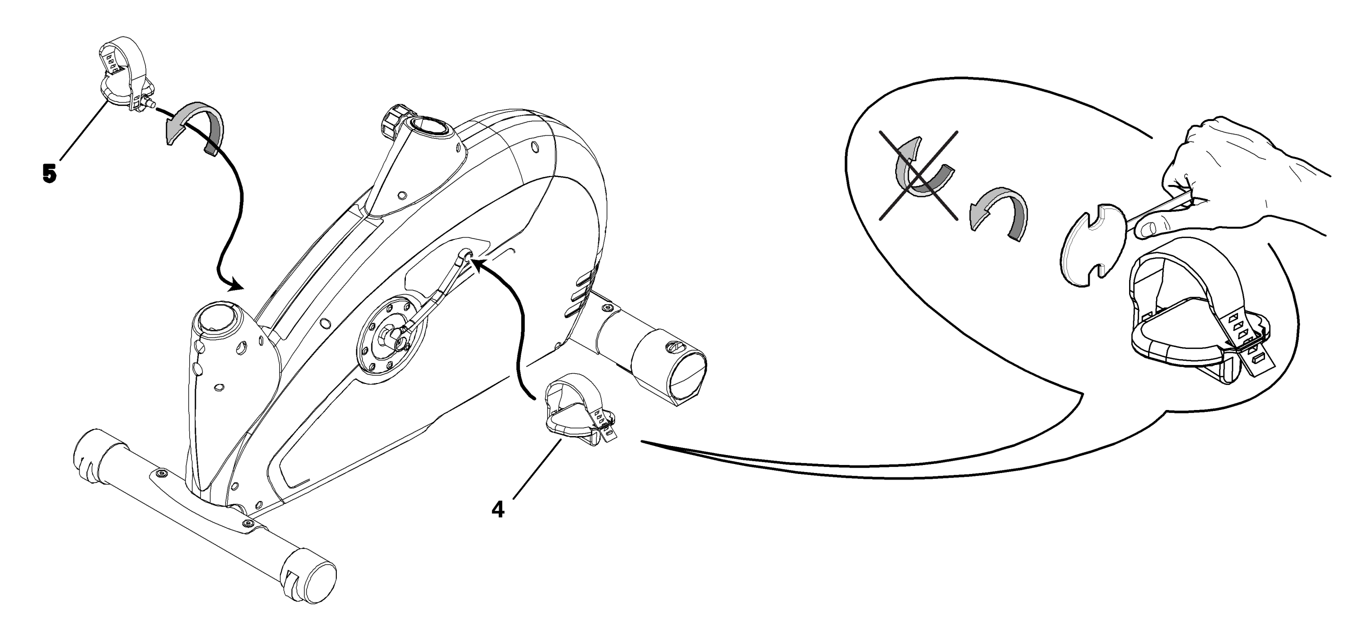
Pièce	Qté	Description	Pièce	Qté	Description
1	1	Cadre principal	7	1	Siège
2	1	Stabilisateur avant	8	1	Mât de la console
3	1	Stabilisateur arrière	9	1	Guidon
4	1	Pédale gauche	10	1	Support de la console
5	1	Pédale droite	11	1	Console
6	1	Tige du siège	12	1	Cordon d’alimentation

Montage

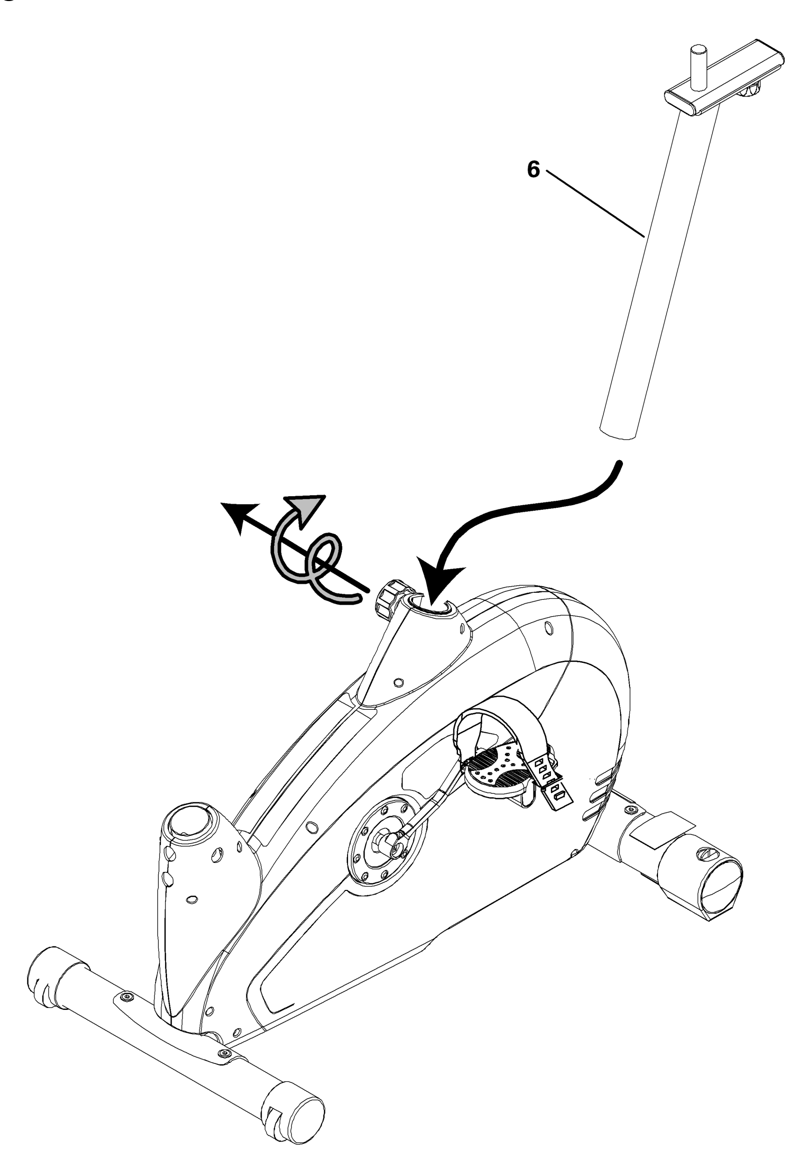
1. Fixez les stabilisateurs sur le cadre



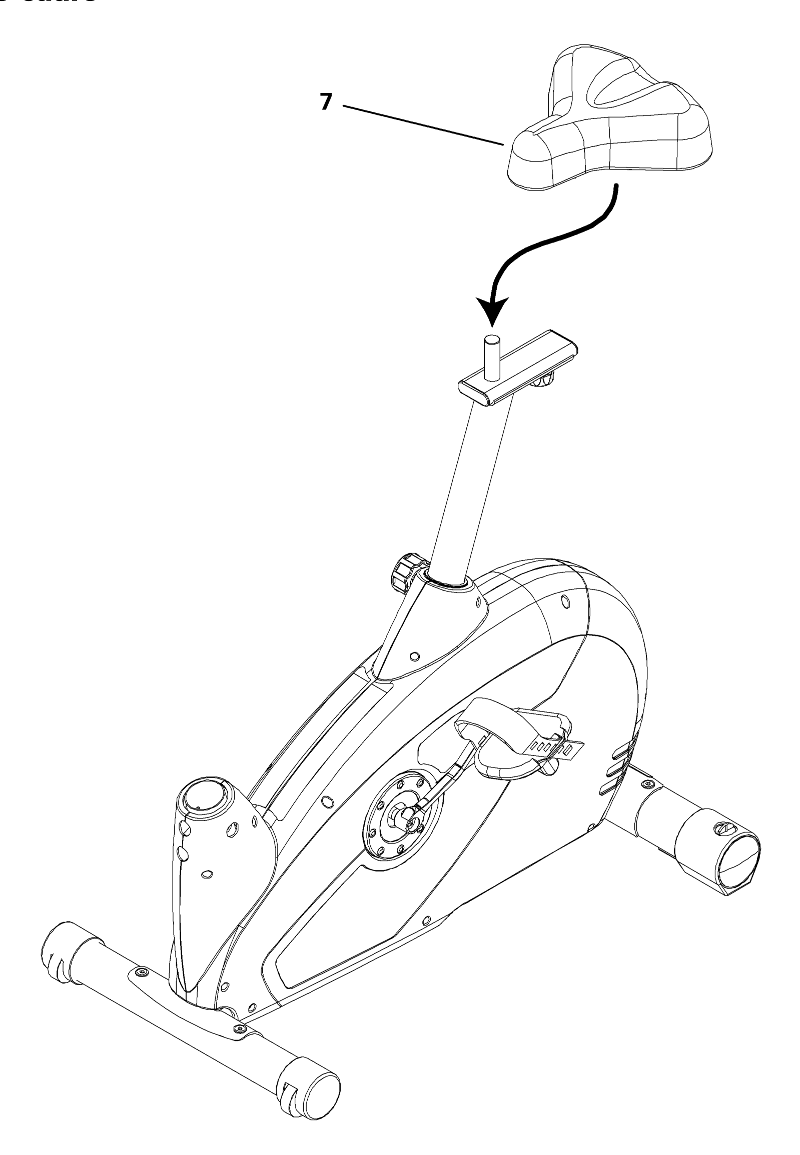
2. Fixez les pédales sur le cadre



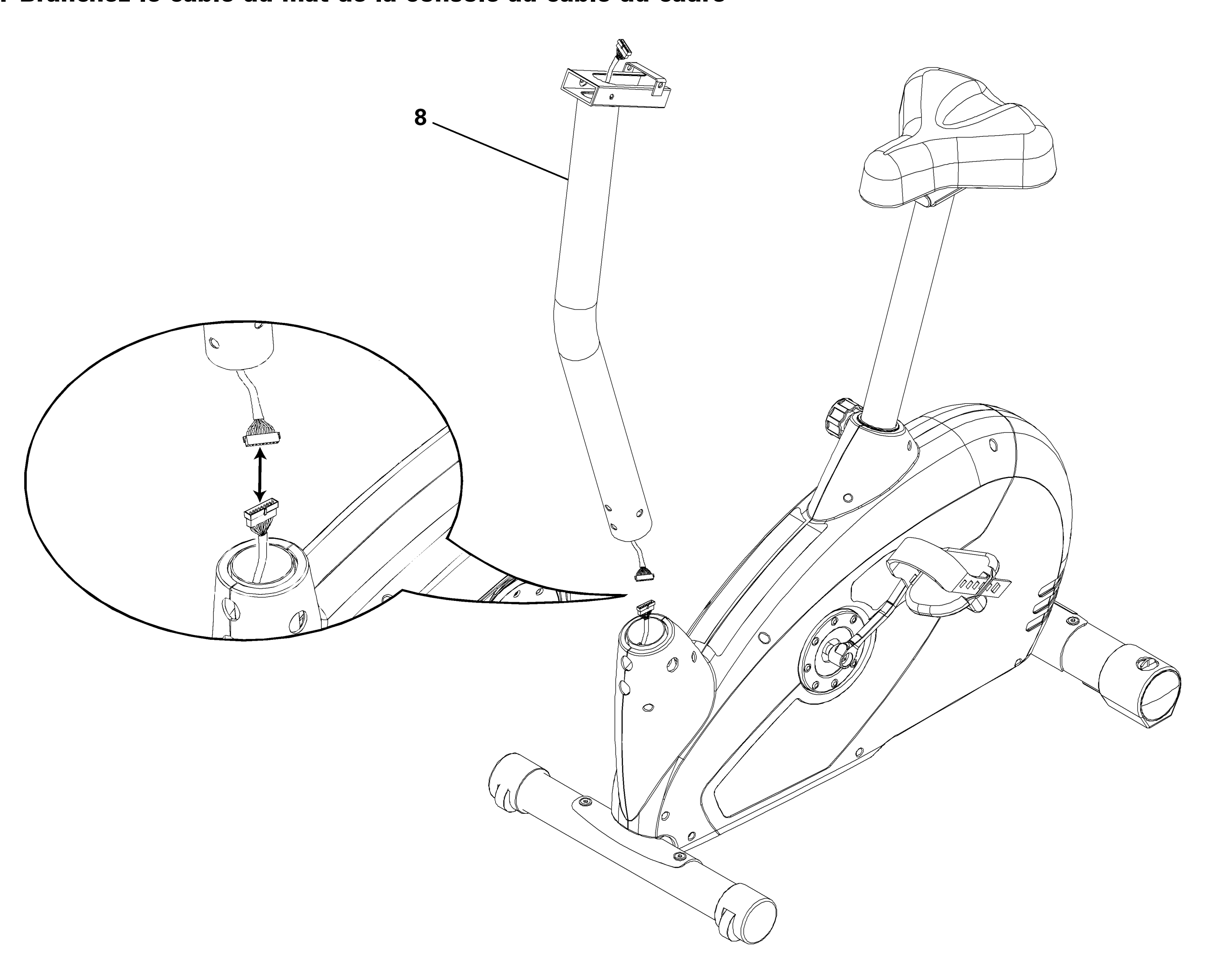
3. Fixez la tige du siège sur le cadre



4. Fixez le siège sur le cadre

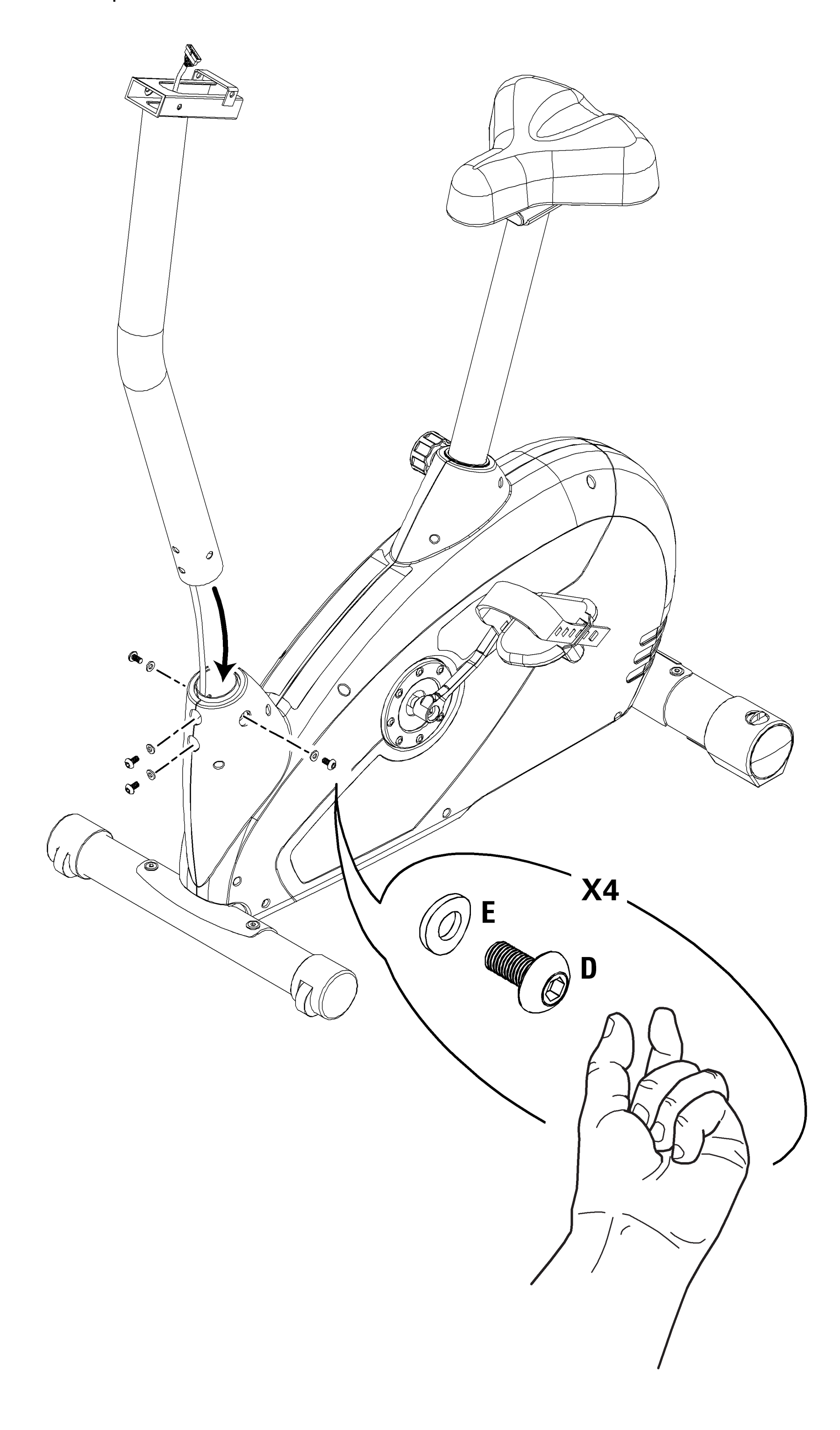


5. **Branchez le câble du mât de la console au câble du cadre**



6. Fixez le mât de la console sur le cadre

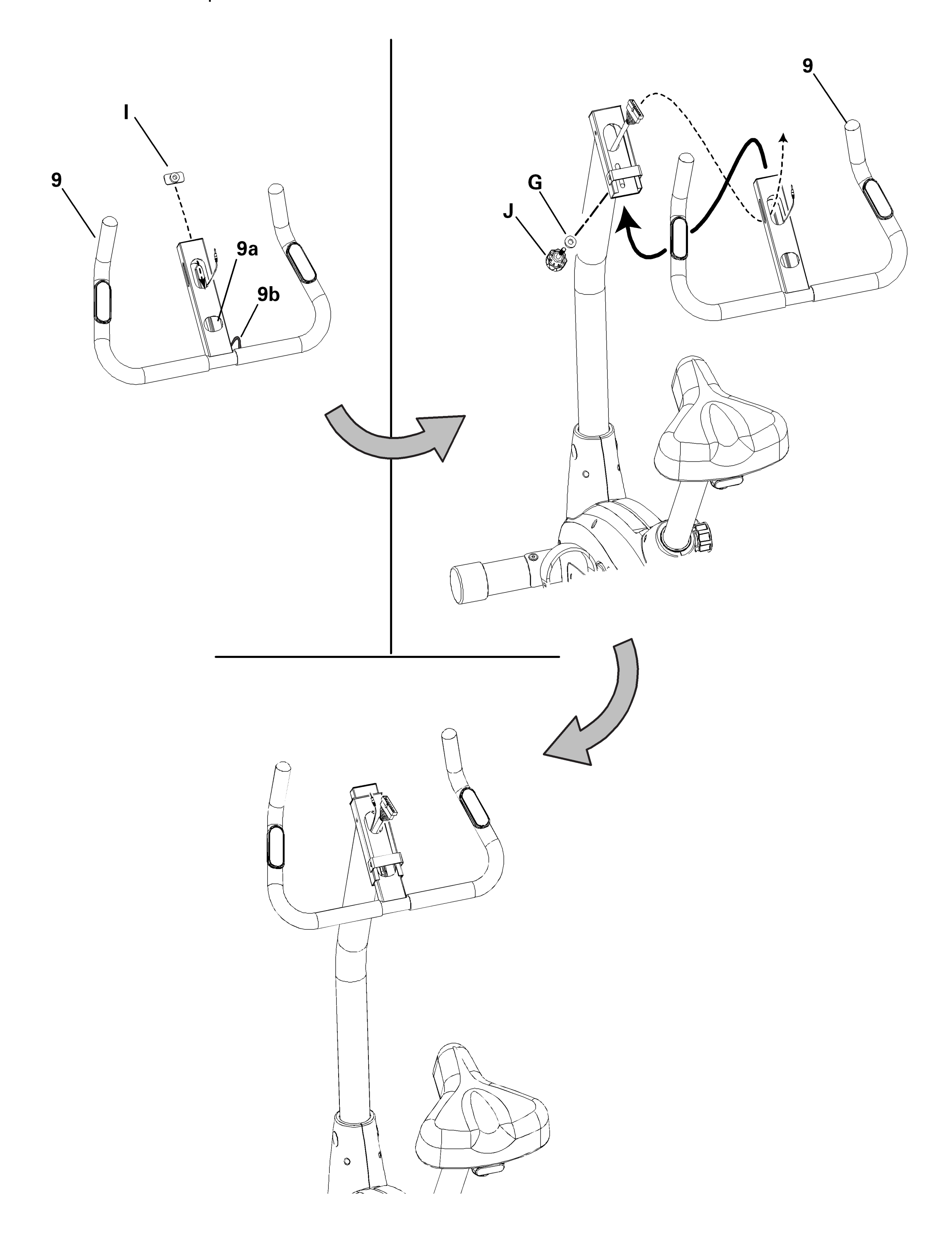
REMARQUE : Ne tordez pas le câble de la console.



7. Fixez les guidons sur le cadre

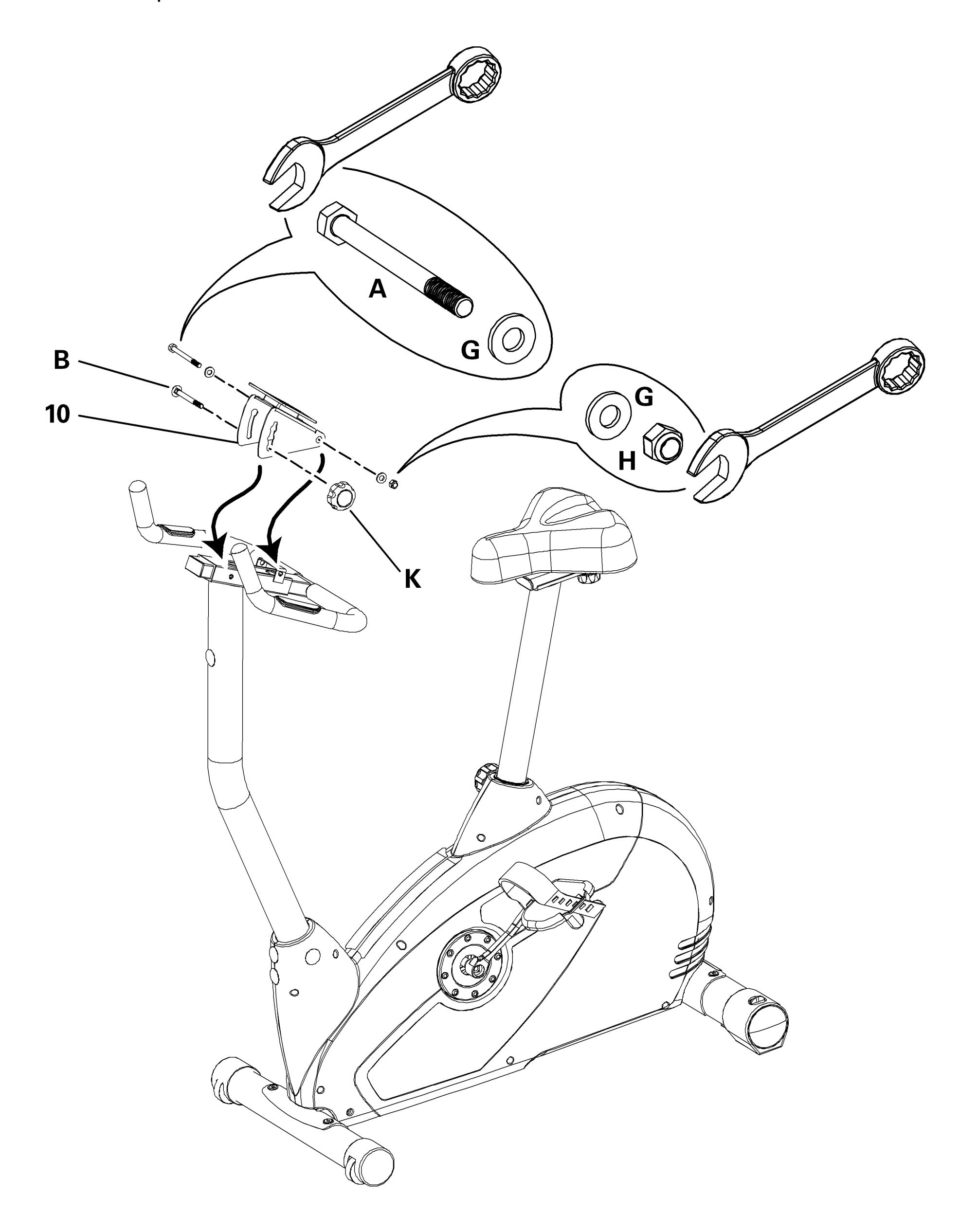
Remarque : Insérez l'écrou à pointes à enfoncer (I) dans la glissière du guidon et alignez-le avec le deuxième trou (9a) pour installer le bouton d'ajustement (J) de la glissière du siège et la rondelle (G). Assurez-vous que le câble plus bas (9b) de la fréquence cardiaque est branché.

REMARQUE : Ne tordez pas le câble de la console.

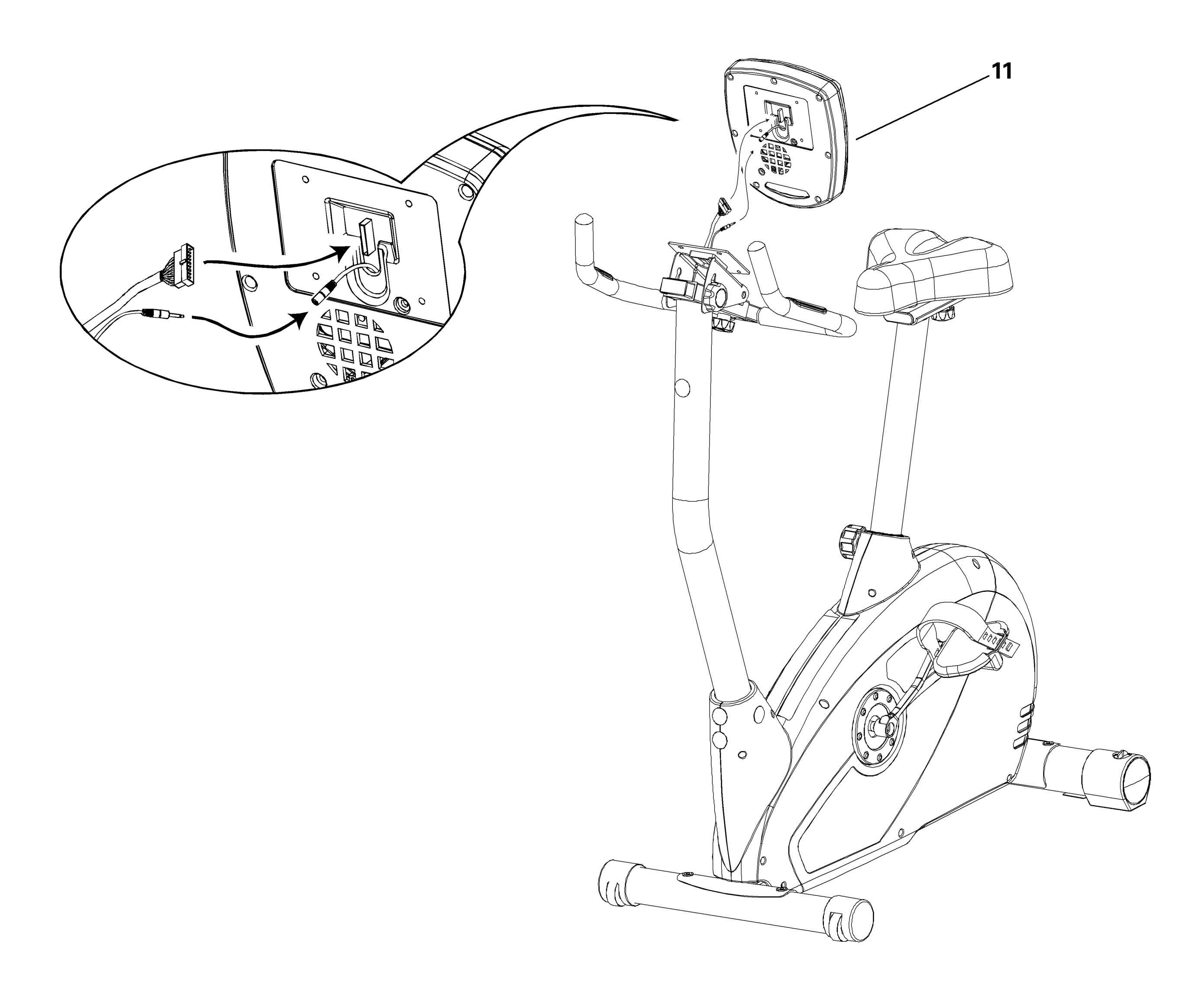


8. Fixez le support de la console sur le cadre

REMARQUE : Ne tordez pas le câble de la console.

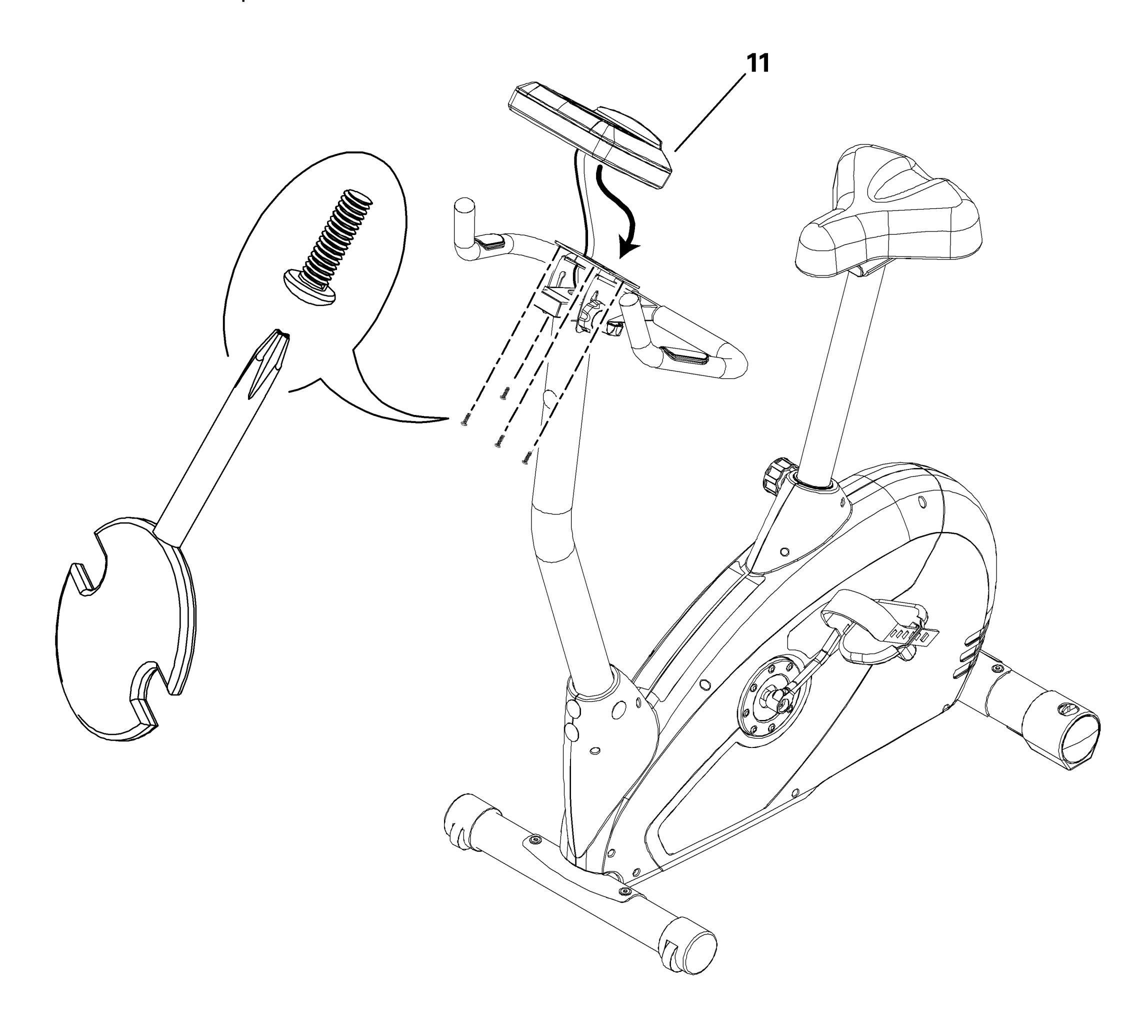


9. **Branchez le câble du mât de la console et le câble de la fréquence cardiaque sur la console**

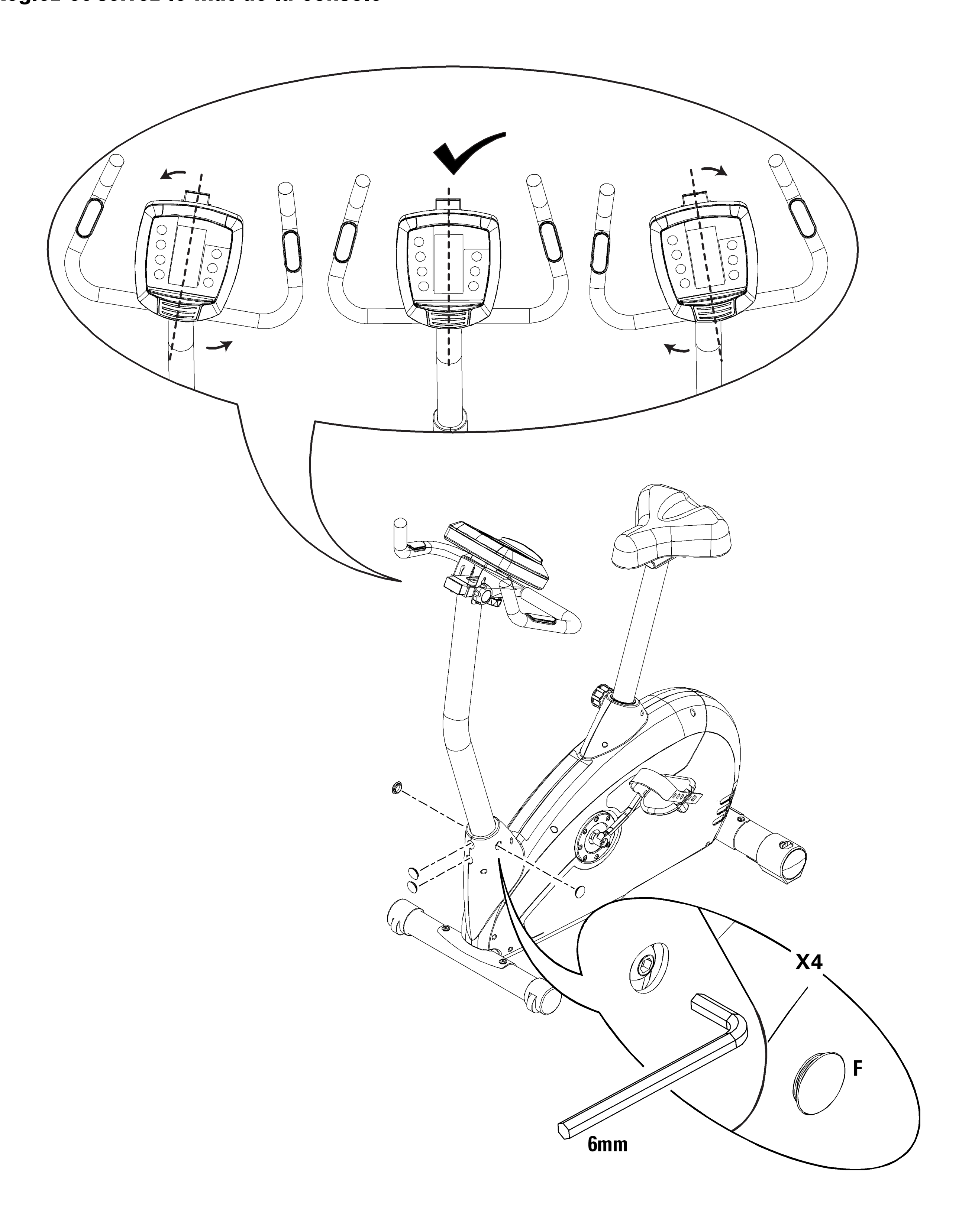


10. Fixez la console sur le cadre

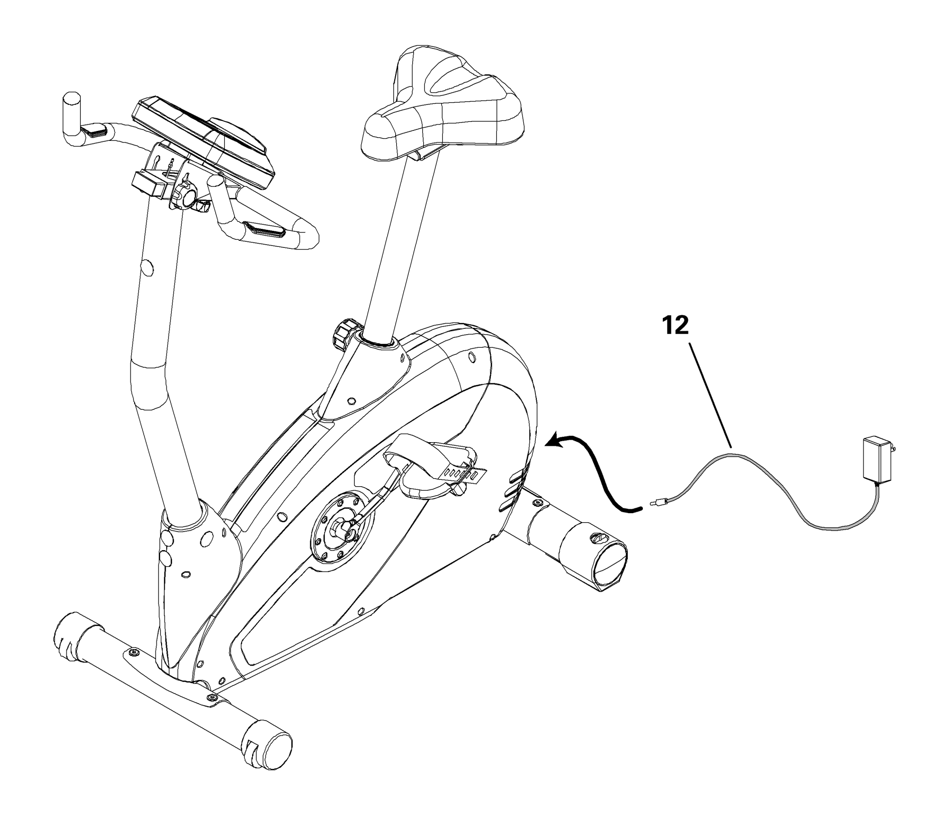
REMARQUE : Ne tordez pas le câble de la console.



11. Réglez et serrez le mât de la console



12. Branchez le cordon d'alimentation sur le cadre



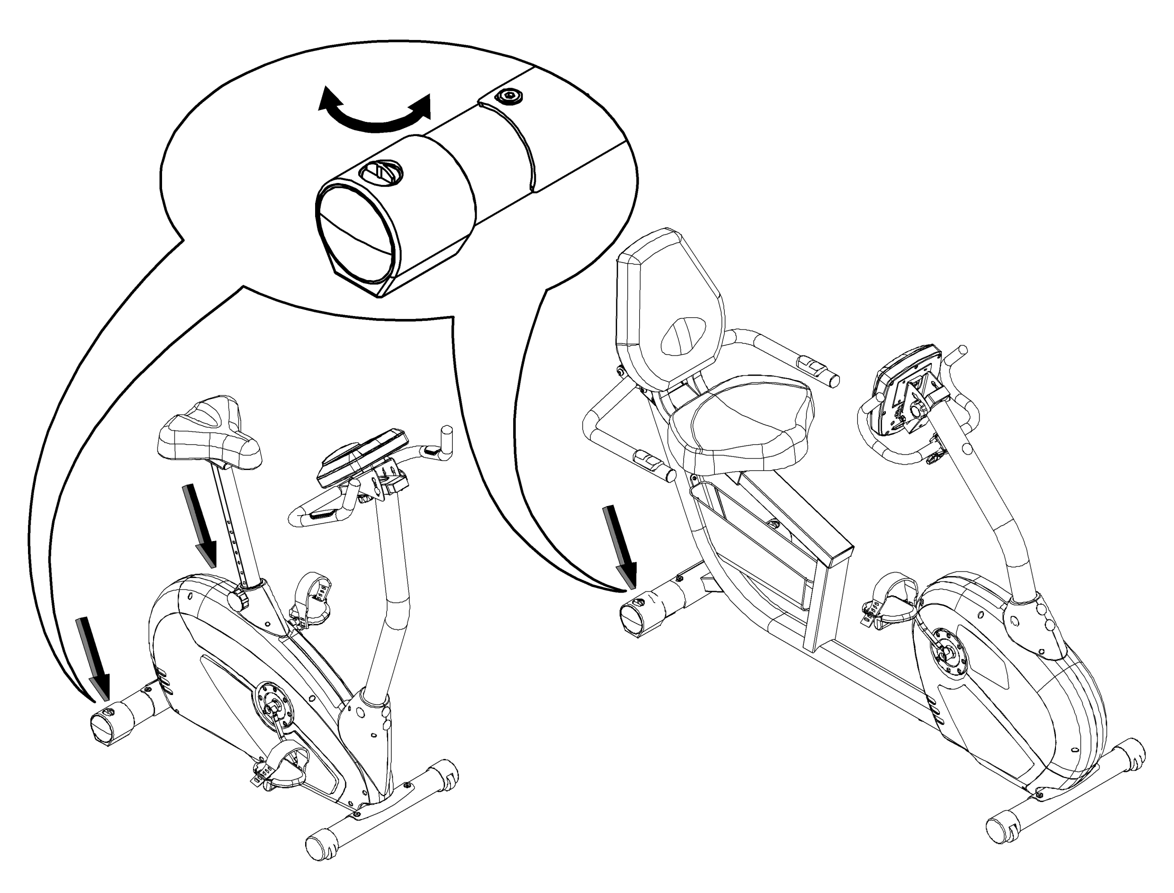
Inspection finale

Inspectez votre machine pour vous assurer que toutes les courroies sont serrées et que tous les composants sont correctement montés.



N'utilisez pas la machine et ne la mettez pas en marche tant qu'elle n'est pas complètement montée et inspectée pour vérifier que ses performances correspondent aux stipulations du Guide du propriétaire.

Mise à niveau de votre vélo



Les niveleurs sont situés de chaque côté du stabilisateur arrière. Tournez le bouton pour ajuster le pied du niveleur. Assurez-vous que le vélo est à niveau et qu’il est stable avant de l’utiliser.

Coordonnées

AMÉRIQUE DU NORD

SERVICE CLIENTÈLE
Tél. : (800) 605–3369
Courriel: customerservice@schwinnfitness.com

SIÈGE SOCIAL DU GROUPE
Nautilus, Inc.
Siège social mondial
16400 SE Nautilus Drive
Vancouver, WA, USA 98683
Tél : (800) NAUTILUS (628-8458)

ASIE-PACIFIQUE ET AMÉRIQUE LATINE

SERVICE CLIENTÈLE
Tél. : (360) 859–5180
Télécopie: (360) 859–5197
Courriel: technics-APLA@nautilus.com

Numéro de série
Date d'achat

EUROPE, MOYEN-ORIENT ET AFRIQUE

SERVICE CLIENTÈLE INTERNATIONAL
Nautilus International GmbH
Albin-Köbis-Str. 4
51147 Köln
Tél. : + 49 02203 2020 0
Télécopie: + 49 02203 2020 45 45
Courriel: technics@nautilus.com

ALLEMAGNE et AUTRICHE
Nautilus International GmbH
Albin-Köbis-Str. 4
51147 Köln
Tél. : + 49 02203 2020 0
Télécopie: + 49 02203 2020 45 45

SUISSE
Nautilus Switzerland SA
Rue Jean Prouvé 6
CH-1762 Givisiez
Tél. : + 41 26 460 77 66
Télécopie: + 41 26 460 77 60

ROYAUME-UNI
Nautilus UK Ltd
4 Vincent Avenue
Crownhill, Milton Keynes, Bucks, MK8 0AB
Tél. : + 44 1908 267 345
Télécopie: + 44 1908 267 345



Imprimé en Chine